

**RE**

## La aventura de descubrir mis talentos

Taller para identificar mis competencias naturales y ponerlas en valor



“No tenemos que comprender el mundo,  
solo encontrar nuestro camino en él”

Albert Einstein



# Qué y Cómo

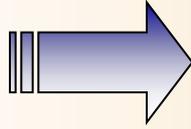
- Nacemos con un don; unas capacidades o habilidades especiales. Pero hay que conocerlas... y ponerlas en marcha. Cuando ese don, se pone en valor, y es reconocido por los que nos rodean, se convierte en **talento**. El Talento es pues el resultado de **desarrollar lo que ya estaba dentro de nosotros**.
- En el taller, te facilitamos los medios para que en un ambiente sereno y de cooperación, identifiques o RE-descubras tus talentos. Trabajamos para fomentar el autoconocimiento y que averigües cuales son tus inclinaciones naturales.
- Indagamos en aquellas actividades en las que puedas aplicar dichas inclinaciones y desarrollar todo tu potencial, disfrutando al mismo tiempo con la aplicación de tus talentos.
- Puede que los estés aplicando en tu vida y en tu trabajo; o fuera de tu actividad principal... o en ninguna de las dos.
- Te ayudamos a decidir **dónde** y como aplicarlo. El cuando lo decides tú.



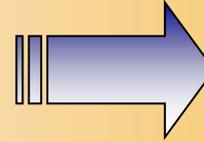
# Proceso para ayudar a identificar el talento



La niñez.  
Primeras inquietudes



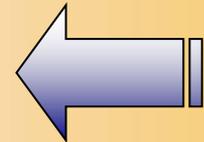
Mis pasiones. Aquello con lo  
que disfruto



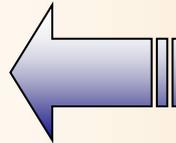
Inteligencias predominantes



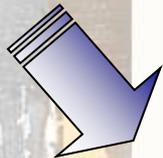
Mis inclinaciones naturales



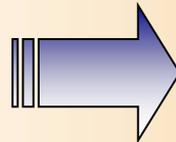
Talentos



Mis valores



Actividades ligadas a los  
talentos



Plan de acción

# Programa

- ▶ **Ejercicios previos.** Para conseguir un óptimo aprovechamiento del taller, antes de la primera sesión presencial, se completan unos ejercicios vía *on line*.
- ▶ **Primera sesión grupal.** En esta se realiza una aproximación al concepto de **talento** y se abordan las primeras etapas del proceso de toma de conciencia de los propios talentos (infancia, aficiones, inteligencias predominantes...)
- ▶ **Tiempo entre sesiones.** Este tiempo se aprovecha para contrastar con el entorno de cada participante, los descubrimientos realizados durante la primera sesión.
- ▶ **Segunda sesión grupal.** Se realiza un primer intento de definición de los talentos individuales y se abordan aspectos como los valores que marcan nuestra vida y las actividades en las que poder desarrollar dichos talentos. Por último, cada participante esboza un plan de acción de cara al futuro.



# Facilitadora



**Carmen Garrido Ferrer**

Licenciada en Psicología y Master en Recursos Humanos y Organización. Profesora colaboradora de Enae y la Universidad de Murcia. Experiencia profesional como responsable de RRHH en el Grupo Adecco.

Formadora en habilidades personales (asertividad, inteligencia emocional, escucha activa, gestión del estrés...); facilitadora en creatividad e identificación del talento.

Socia de INFLUYE Coaching y Desarrollo



*Influye* está formado por un equipo multidisciplinar especializado en identificación del talento, creatividad, coaching, desarrollo de habilidades, gestión de las emociones y sensibilización en diversidad.

