Strength Map

బలం ఎంత ఉందో కాదు, ఎంత వాడుతున్నావో ముఖ్యం.

ఎలా చేయాలి

1. Lesson మొదట్లో రాసుకున్న నీ మూడు బలాలు “బలం” column లో రాయి.
2. ఒక్కో బలానికి నాలుగు విషయాలు: సరిపడా వాడితే ఎలా కనిపిస్తుంది, ఎక్కువైతే ఇతరులకి ఎలా అనిపిస్తుంది, ఎక్కువైపోతోందని తెలిపే ఒక signal, ఆ సమయంలో volume తగ్గించే ఒక్క చిన్న పని.
3. Target “ఎక్కువ” కాదు — సరిపడా.

బలం	సరిపడా వాడితే · ఎలా కనిపిస్తుంది	ఎక్కువైతే · ఇతరులకి ఎలా అనిపిస్తుంది	Signal · ఎక్కువైపోతోందని నాకు తెలిపేది	Volume తగ్గించే · ఒక్క చిన్న పని
వేగం (రవి)	పనులు త్వరగా అవుతాయి, blockers వెంటనే clear	“మా మాటకి చోటు లేదు” — juniors ideas చెప్పడం మానేస్తారు	Meeting లో నేనే మొదట, అందరికంటే ఎక్కువ మాట్లాడుతున్నా	ముందు ఇద్దరిని మాట్లాడనివ్వు; code మార్చకుండా comment రాయి
1				
2				
3				

ఒక వైపు ఎక్కువైతే, దానికి ఎదురు వైపు తరచుగా తక్కువ అవుతుంది — గట్టిగా direction ఇచ్చేవాళ్ళకి వినడం తగ్గొచ్చు, పెద్ద ఆలోచనల మీదే ఉండేవాళ్ళకి రోజువారీ పని మీద దృష్టి తగ్గొచ్చు. నీ map లో ఆ ఎదురు వైపు కూడా చూడు.

ASK నీతో పని చేసే, నీ మంచి కోరుకునే ఒకరిని — రవి అడిగిన ప్రశ్నే

"నా ఈ బలం ఎప్పుడు ఎక్కువైపోతుంది?"

ఎవరిని అడిగాను

వాళ్ళు చెప్పింది

నా map లో ఏ column మారింది

THIS WEEK ఒక్క situation లో volume తగ్గించి చూడు

Situation

ఏ బలం, ఎంత తగ్గించాను

నేను చేసిన చిన్న పని

ఏం మారింది (ఇతరుల్లో, పనిలో)

ప్రతి బలానికీ ఒకే ప్రశ్న: "ఈ situation కి ఇది ఎంత కావాలి?" — బలాన్ని వదలక్కర్లేదు, దానికి ఒక volume knob పెట్టుకుంటే చాలు.

> **Team లేదా?** College లోనో, ఇంట్లోనో, friends లోనో — నిన్ను బాగా తెలిసిన ఒకరిని ఇదే అడుగు.

McCall, M. W., Jr., & Lombardo, M. M. (1983). *Off the track: Why and how successful executives get derailed* (Technical Report No. 21). Center for Creative Leadership. — a small study of about 40 cases. · Kaiser, R. B., & Overfield, D. V. (2011). Strengths, strengths overused, and lopsided leadership. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 63(2), 89–109. — This map is Mental Gym's own reflection tool, not a research instrument. Ravi is a composite example.