

prompt: profil psychologiczny

Wklej go do nowej rozmowy w ChatGPT.

Przejrzyj całą naszą historię rozmów i stwórz mój szczegółowy profil psychologiczny. Nie używaj ogólników - każdy wniosek poprzyj konkretnym przykładem z naszych rozmów.

Profil powinien zawierać:

1. Sposób myślenia i podejmowania decyzji

Jak przetwarzam informacje, jak decyduję, czy jestem analityczna czy intuicyjna, elastyczna czy schematyczna, a może jeszcze inna?

2. Funkcjonowanie emocjonalne

Stabilność emocjonalna, odporność na stres, sposób reagowania na presję, jak reguluję emocje.

3. Cechy osobowości

Ekstrawersja/introwersja, sumienność, otwartość, potrzeba kontroli, dominacja/uległość, inne - w podsumowaniu napisz co u mnie dominuje.

4. Relacje i styl społeczny

Jak komunikuję się z innymi, poziom zaufania, sposób rozwiązywania konfliktów, styl przywództwa.

5. Motywacje i wartości

Co mnie napędza, czego unikam, jakie mam priorytety i potrzeby psychologiczne.

6. Wzorce zachowań pod presją

Jak reaguję w kryzysie, czy unikam, atakuję czy racjonalizuję, jakie zachowania powtarzam w stresie.

7. Mocne strony, ryzyka i rekomendacje

Moje zasoby, obszary ryzyka, co mi utrudnia działanie i w jakich warunkach działam najlepiej.

Zakończ konkretną rekomendacją - co mogę zrobić żeby działać efektywniej. Ważne: jeśli historia naszych rozmów jest zbyt jednostronna zawodowo - zaznacz to wprost i opisz co możesz wywnioskować, a czego nie możesz ocenić bez szerszego kontekstu. Bądź uczciwy - wolę szczerą odpowiedź niż wypełnianie luk ogólnikami.

@ai_dla_liderek

