

projektor

TÖÖLEHT

www.humandesignstudio.ee



info@humandesignstudio.ee

HUMAN DESIGN
studio

projektor

Strateegia: tunnustus + kutse

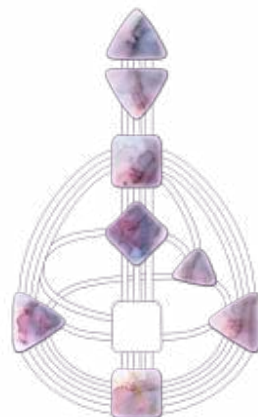
Aura: fokuseeritud ja neelav

Signatuur: edutunne

Mitte-mina tunne: kibestumine

Olemus: strateegilised, taiplikud

Bodygraph: defineerimata sakraal, puudub kurgu ühendus mootorkeskusega



tugerved

- **Loomupärased nõustajad:** head juhendajad ja nõustajad, kellel on ainulaadne võime näha ja mõista teisi sügaval tasandil.
- **Strateegiline mõtlemine:** võime näha protsesse teistest erinevalt, suutes mõista suuremat pilti ja tuvastada efektiivseid lahendusi edu saavutamiseks.
- **Efektiivsus:** loomuomane anne saada väga edukaks tehes väga vähe. Tegemise asemel keskenduvad olemisele ja targale vaatlemisele.
- **Empaatiline juhtimine:** mõistvad ja toetavad juhid, kes oskavad targalt delegeerida.
- **Võimaluste tuvastamine:** projektoritel on sageli anne ära tunda võimalusi ja teada, millal tegutseda või hoopis oodata õiget hetke.

väljakutsed

- **Kannatamatus:** soov olla nähtud või väärtustatud veel enne, kui on võimalus millessegi panustada. Vaja kannatlikkust, oodata kutset ning mitte ise algatada.
- **Kutsumata nõuandmine:** projektoritel on imeline võime näha, kuidas saaks paremini, kuid nad peavad ootama, et neilt nõu küsitakse. Ilma kutseta nõuanded võivad tagasi pörkuda ning tekitada projektoris äratõugatuse tunde.
- **Läbipõlemise oht:** viibides tempokas keskkonnas, on projektor võimeline tegema rohkem kui teised. See on aga laenatud energia ning on oht läbi põleda.
- **Produktiivsuse ülistamine:** oluline on lõpetada enda tunnustamine selle eest, kui palju sa teed.

strateegia

Aitab mõista, kuhu ja millal on kõige õigem viis oma energiat rakendada, et valida sobiv elukoht, töö, partner jne.

- **Olla tunnustatud ja oodata kutset:** kui projektor on millegi jaoks kutsutud, on ta saanud rohelise tule, et pääseda ligi kellegi teise energiale. Ta abi vajatakse ja koostöö on vastastikku kasulik. Nii saab projektor oma juhtimisvõimeid asjatundlikult rakendada ning nende eest tunnustuse, põhjustamata loomulikku tagasilükkamise reaktsiooni, mida kutse puudumisel nii sageli täheldatakse.
- **Kommunikeeri enda andeid:** et kutsed saaksid tulla, peab projektor ise teadma, mis on tema tugevused ning kommunikeerima seda teistele. Näiteks kunstnikul ei tasu end ise galeeriidesse pakkuma minna, vaid hoopis jagada enda maalimisprotsessi ja töid nt Instagramis. Ta anne on nähtav ja tõelise huvi korral saab galerii temaga ise ühendust võtta. Projektor saab siis otsustada, kas see kutse on tema jaoks õige.

signatuur

Signatuuritunne aitab mõista, kas oled õigel teel tehes otsuseid, mis viivad täisväärtusliku eluni, kus su anded saavad särada.

- **Edutunne (success):** edukus ja edutunne annab märku, et oled oma elus õigel rajal, õigete inimestega ja õiges keskkonnas, tegemas õiget asja.
- **Väline tunnustus:** edutunne on seotud tunnustuse, väärtuse loomisega teistele ja silmapaistmisega. Tuleb defineerida enda jaoks, mis tekitab sulle edutunnet.
- **Elad oma tõelises olemuses:** edutunne tekib, kui projektorid jagavad enda andeid, ootavad kutseid ja võtavad vastu ainult need, mis neid tõeliselt kõnetavad.

mitte-mina

Mitte-mina tunne annab märku, kui kasutad oma energiat valesti ning koged elus vastupanu. See on indikaator, mida peab muutma.

- **Kibestumine:** projektor, kes läheb oma teadmisi jagama nendega, kes pole seda küsinud, või püüab midagi ise algatada, langeb üsna pea kibestumisse.
- Kui projektorit ei tunnustata ning ei küsita tema ekspertarvamust, aga ta siiski jagab oma õpetusi, tekitab see sisemise valusa tunde, et teda ei väärtustata ning see võib tekitada enesehaletsust.

meelespea

Need meelespead aitavad projektoril märgata, kas oled oma loomupärase olemusega kooskõlas ja kasutad oma energiat sinu jaoks kõige efektiivsemalt. Kui saad meelespeale vastata "jah", oled oma tõelise energia väes. Kui vastus on "ei", aitab see tuvastada valupunktid ning mida võiks muuta, et elu saaks olla veelgi parem.

MEELESPEAD	JAH	EI
Olen kaasatud ainult seal, kus mind hinnatakse ning mu väärtused ühtivad teiste omadega.	☐	☐
Ma tunnustan ja märkan ennast.	☐	☐
Ma tean, et minu tugevus ei seisne töötegemises, vaid töötajate juhendamises ja potentsiaali võimendamises.	☐	☐
Ma tean, et ma ei pea olema pidevalt produktiivne.	☐	☐
Ma ei tunnusta ennast selle eest, kui palju ma teen ja kui produktiivne ma olen.	☐	☐
Ma tunnen edutunnet, mind väärtustatakse ja minu ekspertiisi hinnatakse.	☐	☐
Ma ei suru ennast peale ning ei algata ise, vaid ootan, et olen teretulnud ning mulle esitatakse kutse.	☐	☐
Ma olen teadlik, mis on minu tugevused ja anded, mis loovad teistele väärtust.	☐	☐
Olen tänulik, kui tunnen kibestumust/enesehaletsust, see on mulle abiks tuvastada muutust vajavad valdkonnad.	☐	☐
Ma tean, et puhkus on mulle ülioluline ja ma luban endal puhata.	☐	☐



haara pliiats

Kuupäev:

Tuju:

Vaata üle kõik meelespead, millele vastasid "ei". Kirjuta, üles enda uskumused ja hirmud, mis sind takistavad neid väiteid järgimast. Mõtiskle, mida saaksid teha juba täna, et liikuda rohkem "jaa" poole.

praktilised soovitused

- Küsi endalt, mis tegevus mind täna kütkestab või paelub, ning püüa veeta aega seda tehes. Nt tunnend, et täna on tung lugeda raamatut, püüa leida kas või pool tundi raamatu lugemiseks.
 - Tööta iga päev aktiivselt 2–4h, ülejäänud aja tegele sulle huvitavate protsesside vaatlemise ja analüüsimisega, et mõista, kuidas saaks paremini.
 - Kui sind tunnustatakse, kiidetakse püüa see lahkelt vastu võtta ja ära tee enda saavutusi väiksemaks. Võid näiteks öelda "Suur aitäh, positiivsed sõnad on mulle väga olulised ja teevad palju rõõmu".
 - Sisesta endale iga päev, milles sa oled osav. Näiteks võid hommikut alustada lausudes: "Ma loon imelisi maale, mis teistele rõõmu teevad, mul on väga hea silm detailidele, ma olen parim ema."
- 



haara pliiats

Kuupäev:

Tuju:

Kirjuta üles 5 olukorda, millal sind tunnustati ja märgati. Milliseid sinu andeid või oskusi väärtustati? Kuidas see sind tundma pani?

-
-
-
-
-

Pane kirja kõik teemad, tegevused, projektid, mis tekitavad sinus siirast huvi ning mida sooviksid kogeda.



haara pliiats

Kuupäev:

Tuju:

Pidades silmas enda andeid, väärtusi ning huvisid, pane kirja 10 kutset,
mida sooviksid saada.



refleksioon

Siin on soovituslikud küsimused, mis aitavad reflekteerida möödunud nädalat, kuud või aastat. Võid võtta eraldi vihiku, kui soovid seda teha kirjalikult pikema aja jooksul.

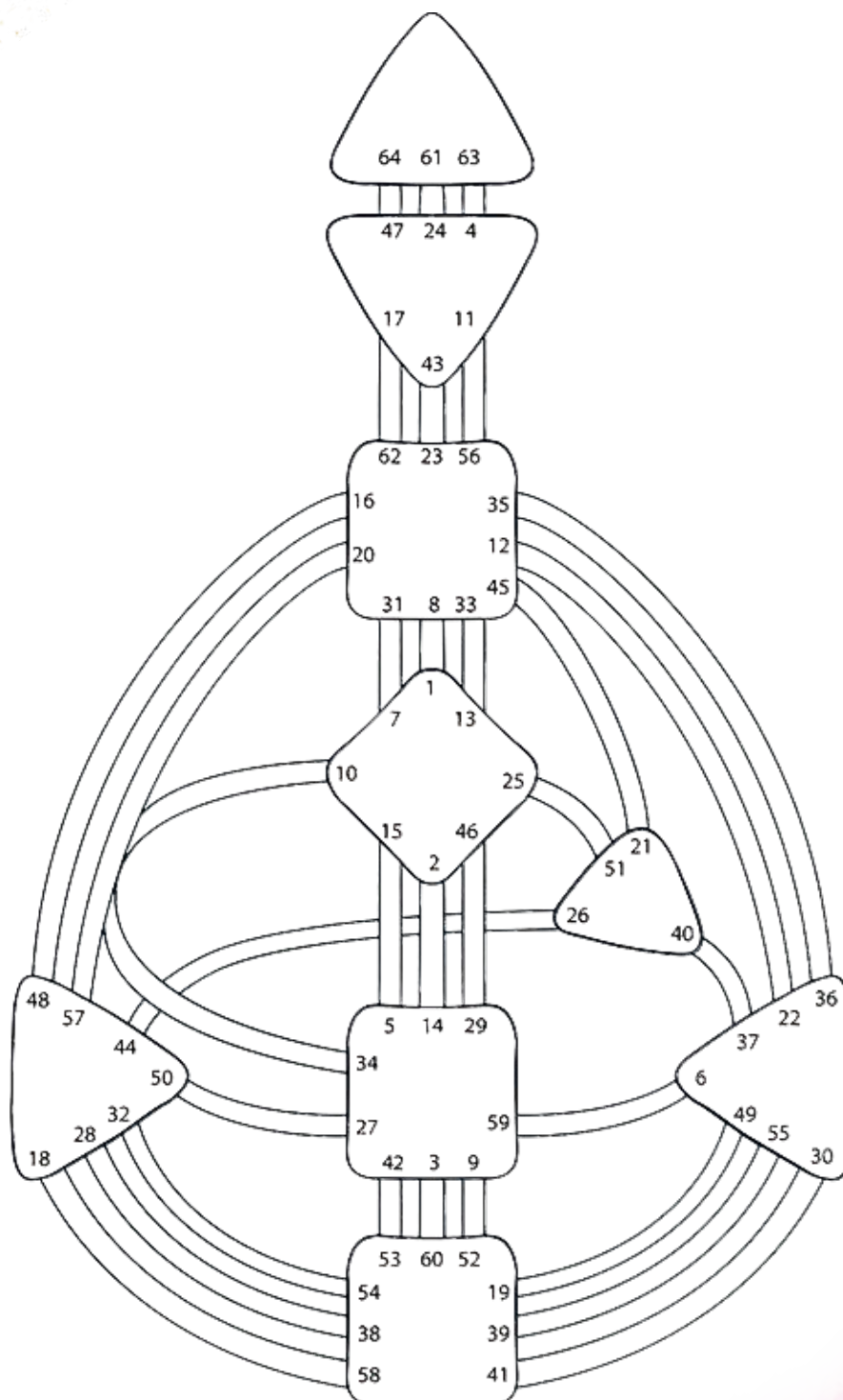
Küsimused sobivad ka endamisi arutamiseks.

- Kus ma oma elus tundsin, et olen teistest kehvem või olin kibestunud?
- Mis mind viimati sügavuti köitis?
- Mille eest mind tööalaselt kõige enam tunnustati? On see mulle loomuomane?
- Mille eest mind peres kõige enam tunnustati? On see mulle loomuomane?
- Kas mu elus oli keegi, kes mu olemust päriselt ei näinud. Miks see võis nii olla?
- Kuidas oleksin saanud ise ennast rohkem märgata ja tunnustada?
- Kas ja kuidas seadsin puhkamise esikohale?
- Millal mul oli kõige rohkem energiat?

*mida rohkem ma panustan
aega oma kirele ja huvidele, seda
rõõmsamaks muutub mu aura ja ma
tõmban ligi rohkem õigeid kutseid*

sinu bodygraph

Värvi bodygraphil oma defineeritud keskused,
väravad ja kanalid värviliseks.



suur rõõm sind tervitada!



Meie oleme Kai Sandra ja Kadri Ann ning soovime Sulle öelda kogu südamest aitäh, et avastad oma täit potentsiaali ja autentsust koos meiega!

Me oleme Human Disainiga kahepeale eksperimenteerinud üle 14 aasta ning meie elud on küll heas mõttes pea peale pööratud.

Sinu Human Design eksperimenti saame toetada individuaalsetel lugemistel, koolitusetel ja mentorprogmimis. Vaata, mis põnevad on tulemas siit:
www.humandesignstudio.ee

Jälgi meid ka Instagramis, kus jagame praktilisi nippe ja soovitusi, et oma igapäeva elu muuta lihtsamaks ja rõõmsamaks!



@STUDIOHUMANDESIGN



HUMAN DESIGN STUDIO



INFO@HUMANDESIGNSTUDIO.EE