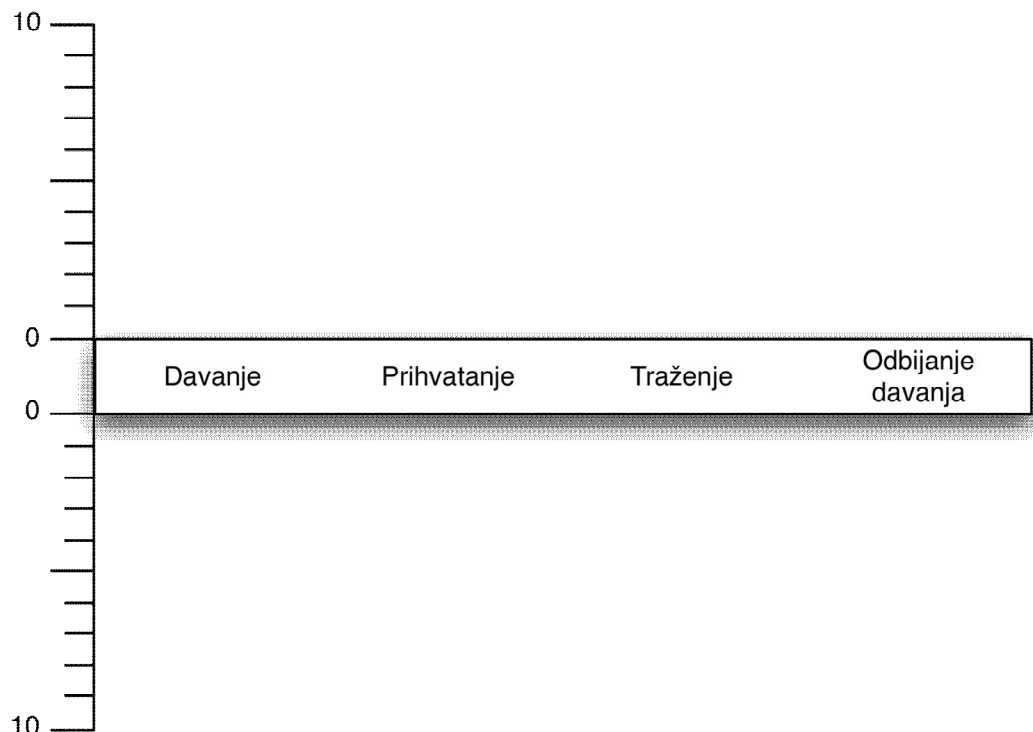
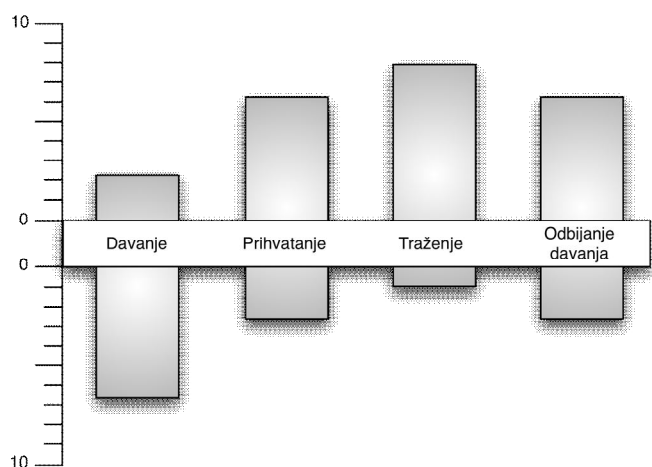


## VEŽBA

*Nacrtajte svoj profil strokiranja. Radite brzo i slušajte svoju intuiciju.*



**Džim Mekena** navodi da negativna i pozitivna skala kod svakog naslova pokazuje obrnut odnos. Npr. ako je osoba nisko na skali za primanje pozitivnih strokova, verovatno je visoko na skali za primanje negativnih. Da li se ovaj obrazac može primeniti na vaš profil strokiranja?



Proverite da li želite da promenite nešto na svom profilu strokiranja. Ako želite, povećajte stupce za one strokove koji biste hteli da budu zastupljeni. To ima, smatra Mekena, mnogo veće šanse da uspe, nego da smanjite stupce za one strokove koje biste želeli da smanjite. Vaše Dete verovatno neće biti voljno da odustane od starih obrazaca strokiranja sve dok ne bude imalo bolju zamenu.

Ako želite da promenite svoj profil strokiranja, navedite bar pet ponašanja koja biste mogli da primenite da povećate stubac koji želite. Npr. ako želite da dajete više pozitivnih strokova drugim ljudima, navedite jedan kompliment koji biste

iskreno mogli da date petorici svojih prijatelja, ali to nikad niste uradili, i to sprovedite u delo u toku naredne nedelje.

Da li je Mekena u pravu kada kaže da se, kada povećate stubac koji želite, stubac kojeg biste da umanjite automatski smanjuje? Vežba iz knjige:

In Stjuart, Van Džons: Savremena Transakciona analiza, Psihopolis, 2011