CHECKLISTA

Sygnały poziomów świadomości

Ta checklista nie jest narzędziem do kategoryzowania ludzi ani do przypinania im etykiet. To zestaw sygnałów, które mogą sugerować obecność określonych przekonań i dominującego sposobu myślenia – bazujących na modelu poziomów świadomości Davida R. Hawkinsa.

Pamiętaj: człowiek nie działa zero-jedynkowo. Możemy funkcjonować na różnych poziomach świadomości w zależności od obszaru życia, kontekstu sytuacyjnego czy aktualnego momentu w karierze. Jedno zdanie, emocja czy reakcja to za mało, by jednoznacznie przypisać kandydata do konkretnego poziomu – ale mogą one być cennym wskaźnikiem, który warto zauważyć.

Traktuj tę checklistę jako narzędzie wspierające uważność w rozmowie rekrutacyjnej. Pomaga ono dostrzegać niuanse, które mówią więcej niż same kompetencje: sposób, w jaki kandydat opowiada o swoich doświadczeniach, jak reaguje na wyzwania, jakie ma podejście do błędów, zmian, sukcesów i ludzi.

To właśnie te subtelności są często kluczem do przewidzenia, jak dana osoba odnajdzie się w kulturze organizacyjnej i w konkretnej roli. Nie chodzi o ocenianie – chodzi o głębsze rozumienie.

POZIOM	WYPOWIEDZI	ZACHOWANIA
WSTYD	• „Nie wiem, czy mam coś ciekawego do powiedzenia…” • „To chyba nie był jakiś wielki sukces, po prostu robiłam swoje.” • „W sumie nie wiem, czy się nadaję, ale mogę spróbować.” • „Nie czuję się specjalistą – zawsze miałam wrażenie, że inni wiedzą więcej.”	• Umniejszanie własnych osiągnięć. • Unikanie szczegółów, mówienie ogólnikami. • Cichy ton głosu, niepewność, unikanie spojrzenia.

CHECKLISTA

Sygnały poziomów świadomości

POZIOM	WYPOWIEDZI	ZACHOWANIA
WINA	• „Gdybym wtedy szybciej zareagowała, może wszystko wyglądałoby inaczej.” • „Do dziś żałuję, że podjęłam taką decyzję – to była moja wina.” • „Wiem, że nie wykorzystałam wtedy tej szansy i mam do siebie żal.” • „Zawsze staram się wynagrodzić to, co kiedyś zrobiłam źle.”	• Częste powracanie do przeszłości. • Samokrytyka, surowe ocenianie własnych działań. • Mówienie z napięciem lub skrępowaniem.
APATIA	• „Starałam się, ale to i tak nic nie dało.” • „Nie wiem, czy coś się jeszcze zmieni – robię swoje, jak zawsze.” • „Nie miałam już siły dalej ciągnąć tego projektu – po prostu odpuściłam.” • „Czasem mam wrażenie, że wszystko i tak jest przesądzone.”	• Monotonny ton, brak entuzjazmu. • Obojętność wobec pytań o motywację. • Opowieści bez nadziei, bez próby rozwiązania trudności.
ŻAL	• „Szkoda, że nie skorzystałam z tej okazji wcześniej.” • „To była dobra firma, ale miałam wtedy inne priorytety i teraz trochę tego żałuję.” • „Mam poczucie, że przegapiłam najlepszy moment na rozwój.” • „Gdybym mogła cofnąć czas, zrobiłabym to inaczej.”	• Nostalgia, skupienie na straconych szansach. • Delikatna melancholia w głosie. • Mało energii, trudność w mówieniu o przyszłości.

CHECKLISTA

Sygnały poziomów świadomości

POZIOM	WYPOWIEDZI	ZACHOWANIA
STRACH	• „Zmiany są dla mnie trudne – wolę, jak wszystko jest jasne.” • „W poprzedniej pracy unikałam konfrontacji, bo bałam się, że to się na mnie odbije.” • „Długo się wahałam przed zmianą, bo nie wiedziałam, czy dam radę.” • „Nie lubię podejmować decyzji bez pełnych danych – to zbyt ryzykowne.”	• Nadmierne zabezpieczanie się, unikanie ryzyka. • Nerwowy śmiech, sztywność w ciele. • Przewidywanie negatywnych scenariuszy.
POŻĄDANIE	• „Zależy mi na awansie – chcę być kimś.” • „Mam konkretny cel: stanowisko, wyniki, premia.” • „Dążę do tego, żeby mieć większy wpływ i rozpoznawalność.” • „Chcę czegoś więcej – większych projektów, lepszych pieniędzy.”	• Duża pewność siebie, nastawienie na „więcej”. • Mówienie językiem osiągnięć i rezultatów. • Czasem brak refleksji nad „dlaczego”, skupienie na „co”.
ZŁOŚĆ	• „Poprzednia firma mnie ograniczała – nie mogłam się rozwijać.” • „Miałam świetne pomysły, ale nikt ich nie słuchał – to było frustrujące.” • „Szef ciągle coś krytykował, mimo że robiłam dobrą robotę.” • „Nie zamierzam już dawać z siebie 120% bez jasnej nagrody.”	• Pretensjonalny ton, oskarżenia wobec innych. • Wyraźna frustracja w opowieściach. • Gotowość do walki, obrony własnych racji.

CHECKLISTA

Sygnały poziomów świadomości

POZIOM	WYPOWIEDZI	ZACHOWANIA
DUMA	• „Mam spore doświadczenie i wiem, co działa najlepiej.” • „Zwykle to ja prowadzę projekty – ludzie liczą na mnie.” • „Nie potrzebuję, żeby ktoś mówił mi, co robić – wiem, jak dowozić wyniki.” • „Cenię sobie profesjonalizm – lubię być wzorem.”	• Podkreślanie własnych sukcesów i niezależności. • Styl wypowiedzi: dominujący, ekspercki. • Potrzeba uznania, niechęć do bycia kwestionowanym.
ODWAGA	• „Zaryzykowałam zmianę branży – to była trudna, ale ważna decyzja.” • „Staram się szukać rozwiązań, nawet jak coś nie idzie po mojej myśli.” • „Nie boję się wyzwań – wiem, że rozwój nie dzieje się w komforcie.” • „Uczę się na błędach, nie chowam głowy w piasek.”	• Autentyczność, otwartość. • Chęć nauki, gotowość do refleksji. • Równowaga między pokorą a pewnością siebie.
NEUTRALNOŚĆ	• „Zawsze staram się spojrzeć na sytuację z dystansu.” • „Dostosowuję się do zespołu – nie wszystko musi być po mojemu.” • „Nie walczę z rzeczywistością – pracuję z tym, co mam.” • „Nie mam potrzeby rywalizowania – liczy się współpraca.”	• Spokojny, zrównoważony ton. • Elastyczność, brak dramatyzowania. • Obiektywizm i rzeczowość w wypowiedziach.

CHECKLISTA

Sygnały poziomów świadomości

POZIOM	WYPOWIEDZI	ZACHOWANIA
OCHOTA	• „Zgłosiłam się do dodatkowego projektu, bo chciałam spróbować czegoś nowego." • „Lubię szukać sposobów na ulepszanie rzeczy." • „Nie czekam, aż ktoś mi powie – sama szukam rozwiązań." • „Zmiany mnie napędzają – to dla mnie przestrzeń do działania."	• Entuzjazm, zaangażowanie. • Inicjatywa i gotowość do nauki. • Jasne skupienie na działaniu.
AKCEPTACJA	• „W każdej sytuacji staram się znaleźć coś, czego mogę się nauczyć." • „Nie wszystko idzie zgodnie z planem – i to jest w porządku." • „Nie oceniam innych zbyt szybko – każdy ma swoją perspektywę." • „Akceptuję to, co mogę kontrolować – resztę odpuszczam."	• Pokora, zrównoważenie, uważność. • Gotowość do refleksji i pracy nad sobą. • Łatwość w mówieniu o porażkach bez obwiniania kogokolwiek.
ROZSĄDEK	• „Zanim coś zrobię, lubię zrozumieć, jak wszystko ze sobą się łączy." • „Dane dają mi komfort – pozwalają podejmować dobre decyzje." • „Lubię analizować procesy i optymalizować je krok po kroku." • „Nie opieram się tylko na intuicji – potrzebuję konkretnych przesłanek."	• Precyzyjny język, uporządkowany tok wypowiedzi. • Uspokojone emocje, koncentracja na faktach. • Analityczność i strukturalne myślenie.