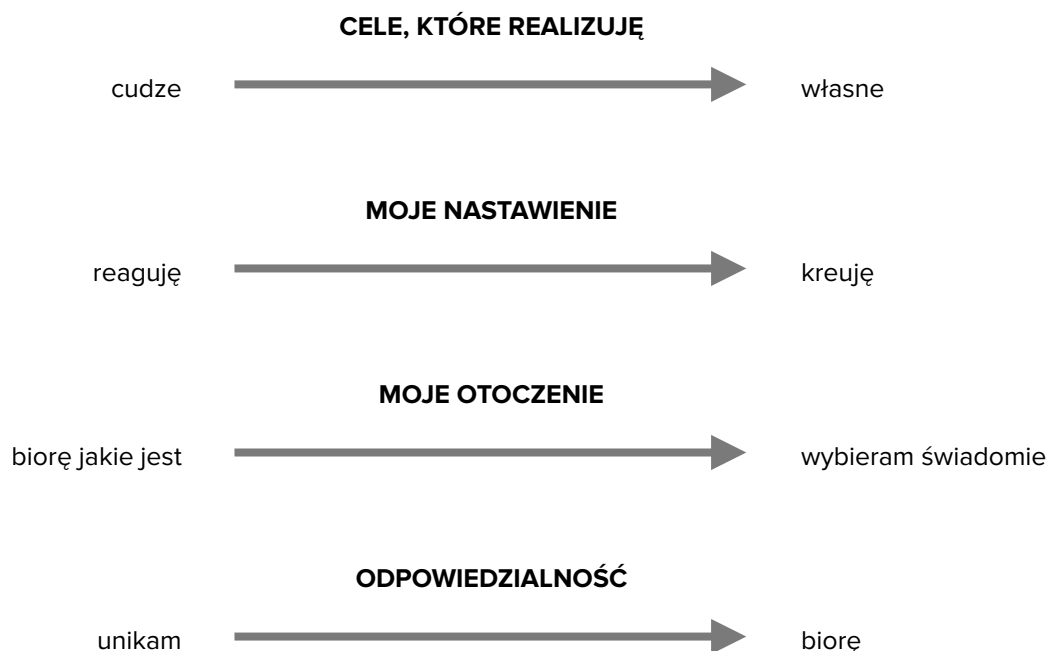


# Marka osobista oparta na wartościach

Moje notatki do książki Joanny Malinowskiej-Parzydło Jesteś Marką

**Marka osobista** nie jest lansem ani udawaniem kogoś, kim nie jesteś. Jest natomiast zbiorem skojarzeń, które powstają w głowach i sercach ludzi, gdy słyszą twoje nazwisko. Odzwierciedla twoją reputację i wynika z wartości, jaką wnosisz w życie innych.



## Cztery kroki do zbudowania marki osobistej

1. Bądź sobą.
2. Daj się poznać.
3. Komunikuj się skutecznie.
4. Żyj wartościowym życiem.

## Pytania, na które odpowiada marka osobista

- Kim jesteś?
- Co robisz i jak możesz mi pomóc?
- Co sądzę na twój temat? Jak reaguję na twoją obecność?
- Z czym się kojarzysz? Jakie masz relacje z innymi? Jaką wartość wnosisz?

## Motywacje do budowania marki osobistej

- Wolność podejmowania decyzji wynikających z życia wg przemyślanej strategii.
- Poszerzanie własnego wpływu życiowego i zawodowego.
- Nazwanie i realizowanie własnych marzeń, samoświadomość.

## Marka osobista chroni przed konkurencją

Nie ma dwóch osób o identycznych:

- doświadczeniach,
- stylu komunikacji i działania,
- poczuciu humoru,
- brzmieniu głosu,
- postawie,
- umiejętnościach,
- wyglądzie.

## Marka osobista wyróżnia cię z tłumu

- Co sprawia, że jesteś inny?
- W czym jesteś lepszy od innych?
- Jakie kompetencje łączysz?

Powyższe cechy powinny być dla odbiorców zrozumiałe, ważne, rozpoznawalne, charakterystyczne, wiarygodne, spójne z twoją historią i pomysłem na życie.

## Opinie innych o tobie

- Zdefiniowanie grupy odbiorców daje wolność – pozwala ignorować krytyczne uwagi ludzi, którzy nie są dla ciebie ważni.
- Ludzie o tobie mówią, bo jesteś wartościowy, a nie jesteś wartościowy, bo o tobie mówią.
- To, co inni myślą o nas, dotyczy ich, a nie nas. To, co my myślimy o innych, dotyczy nas, a nie ich.
- Opinie innych ludzi nie mają mocy i możliwości zranienia cię. Dopiero twoja reakcja daje im moc i siłę.

Książkę Joanny Malinowskiej-Parzydło Jesteś Marką możesz [kupić tutaj](#).

Posłuchaj też rozmowy z autorką: [MalaWielkaFirma.pl/226](https://MalaWielkaFirma.pl/226).