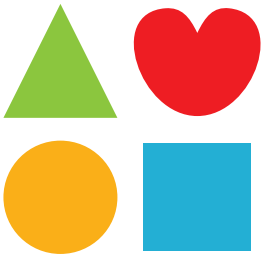


poznaj FRIS®

Nikt nie rodzi się
po to, aby stawać
się kimś innym.

Marek Kamiński

FRIS®
style myślenia

„Metodologia FRIS® powstała po to, aby w prosty i szybki sposób dostarczać praktycznej wiedzy o sobie. Jest to wiedza o tym, jak przyswajamy, przetwarzamy i reagujemy na informacje, a w konsekwencji jak rozwiązujemy problemy.

Styl myślenia to wynik utrwalonych nawyków naszego umysłu i nieustannie wpływa na to, jak się komunikujemy, podejmujemy decyzje i działamy. Warto go poznać i zrozumieć."

dr inż. Anna Samborska-Owczarek

autorka Modelu FRIS®

Wszystkie prawa zastrzeżone. Opracowanie chronione prawem autorskim. Kopiowanie treści wyłącznie za pisemną zgodą Zespołu FRIS®.

„Znaczenie stylów myślenia polega przede wszystkim na tym,
że pośredniczą one między zdolnościami człowieka,
a ich realizacją w rzeczywistym funkcjonowaniu."

Prof. Anna Matczak (2000)
„Style poznawcze" w podręczniku akademickim Psychologia (t. 2)

Prosty, praktyczny, polski

FRIS® to nowa polska metodologia, która trafnie określa i opisuje naturalny sposób myślenia oraz działania. Diagnoza Stylu FRIS® daje wgląd w naturalne predyspozycje badanej osoby, jej strategie radzenia sobie w nowych sytuacjach, rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji oraz wskazuje obszary, w których można najlepiej wykorzystać swój potencjał.

Do końca stycznia 2024 r. badanie FRIS® wykonało ponad 100 000 osób.

prosty

FRIS® jest prosty i intuicyjny. Przystępnie wyjaśnia jak ludzie podejmują decyzje i rozwiązują problemy, nie wymagając wiedzy psychologicznej.

praktyczny

Znajomość FRIS® daje praktyczną wiedzę, którą można szybko i łatwo zastosować w wielu obszarach życia prywatnego oraz zawodowego.

polski

FRIS® został stworzony na podstawie polskich badań. Jest rozwijany oraz dopasowywany do polskich realiów i potrzeb.

Czy znasz swój Styl Myślenia?

W nowych sytuacjach, gdy doświadczenie nie podpowiada nam gotowych rozwiązań, reagujemy, wykorzystujemy informacje i podejmujemy decyzje w typowy dla siebie sposób. W psychologii poznawczej nazywa się go stylem poznawczym lub stylem myślenia. Najtrafniej można go określić obserwując, jak osoba reaguje w konfrontacji z nowym problemem. Wymaga to jednak doświadczenia, wiedzy psychologicznej oraz odpowiednich warunków.

Model FRIS® w prosty sposób tłumaczy kluczowe różnice w sposobach myślenia i działania, a kwestionariusz FRIS® trafnie diagnozuje Styl Myślenia wynikający z czterech perspektyw poznawczych. Perspektywy te opisują naturalny sposób percepcji, przetwarzania informacji oraz podejmowania decyzji. FRIS® nie wartościuje – zamiast dzielić ludzi na lepiej lub gorzej funkcjonujących, podkreśla unikalność każdego sposobu myślenia.

Nazwa FRIS® stanowi skrót pierwszych liter słów
Fakty, Relacje, Idee, Struktury, które opisują
cztery perspektywy poznawcze definiujące Style Myślenia.

Perspektywa
FAKTÓW

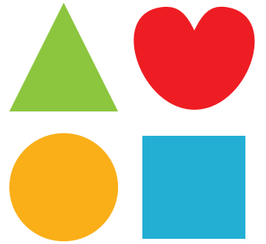
Szybka ocena faktów ze względu na przydatność do osiągnięcia konkretnego celu. Bazuje na sprawnym rozpoznawaniu związków przyczynowo-skutkowych

Powiązany Styl Myślenia:
ZAWODNIK

Perspektywa
RELACJI

Intuicyjne rozpoznawanie tego, co łączy osoby, obiekty i zdarzenia. Związki te są najczęściej odbierane w sposób bardzo osobisty i subiektywny.

Powiązany Styl Myślenia:
PARTNER



Perspektywa
IDEI

Wychodzenie poza obecny stan rzeczy, odbierany jako tylko jedna z możliwości. Wynika ze swobodnego podważania obecnych i odkrywania nowych zależności.

Powiązany Styl Myślenia:
WIZJONER

Perspektywa
STRUKTUR

Wnikanie w głąb istoty problemu, aby uzyskać jego kompletny i spójny obraz. Wymaga operowania na wysokim poziomie szczegółowości z dużą liczbą kryteriów.

Powiązany Styl Myślenia:
BADACZ

„Narzędziu FRIS® zawdzięczam... spokój jaki pojawił się po przeczytaniu raportu. Nareszcie dotarło do mnie, że to co do tej pory uważałam za swoje poniekąd słabości, mogę śmiało wykorzystać jako atut. Posiadłam wiedzę na swój temat, której poszukiwałam długie lata. FRIS® dał mi bodziec do rozpoczęcia procesu akceptacji, a w międzyczasie samodoskonalenia się i szukania wszelkich potrzebnych zasobów wewnątrz siebie. Bo przecież o to chodzi, by być coraz bardziej sobą!”

Anna Pępiak

FRIS® dla Ciebie

Badanie FRIS® to świetna okazja do przyjrzenia się temu, jak bardzo Twój naturalny Styl Myślenia wpływa na Twój sposób zachowania, komunikowania się i podejmowania decyzji. Pomoże Ci zrozumieć, dlaczego niektóre cele i zamierzenia osiągasz łatwo, a inne przedsięwzięcia stanowią dla Ciebie trudność. Po badaniu otrzymasz **Raport indywidualny FRIS®** z opisem Twojego Stylu Myślenia, Stylu Działania i wskazówkami, które pozwolą Ci lepiej wykorzystać własny potencjał.

Akceptacja

Wiedza o sposobie myślenia swoim i innych pomoże Ci zrozumieć i zaakceptować to, że nie każdy jest dobry we wszystkim.

Relacje

Zrozumiesz, dlaczego czasami trudno się z innymi dogadać. Dostaniesz wskazówki, które pomogą Ci lepiej zadbać o relacje.

Unikalność

Dowiesz się, co jest w Tobie wyjątkowego. Poznasz działanie własnego umysłu, którego wynikiem są Twoje naturalne predyspozycje.

Rozwój

Znając lepiej obszary, które przynoszą Ci największą satysfakcję, łatwiej zaplanujesz swój rozwój zawodowy oraz osobisty.

„Dzięki FRIS® jestem w stanie szybko określić, jakie mocne strony ma dany zespół oraz o jakie zasoby trzeba go uzupełnić, aby stał się sprawniejszy. Korelacja między preferencją stylów myślenia i działania pracownika a zadaniami, jakie są mu delegowane, zwiększa jego satysfakcję z pracy. Ta zaś przekłada się na oczekiwaną przez wielu pracodawców pasję w działaniu. Zjawisko to korzystne jest nie tylko dla agencji czy jej klientów, lecz przede wszystkim dla samych pracowników."

Marcin Wojciechowski
Członek zarządu oraz Creative Director w Grupie Aveex
Źródło: magazyn Personel i Zarządzanie, 06/2016

FRIS® dla zespołów

Zespół to różnorodność Stylów Myślenia. Dla wielu organizacji wyzwaniem jest dobra komunikacja pomiędzy członkami zespołu i wysoka efektywność wspólnych działań. FRIS® w tym pomaga – w prosty i szybki sposób określa potencjał zespołu, rekomenduje aktywności zawodowe oraz udziela wskazówek, jak się lepiej porozumiewać.

Efektywność

Styl Myślenia wskazuje na typy zadań, w których największa satysfakcja z pracy łączy się z jej najwyższą efektywnością.

Współpraca

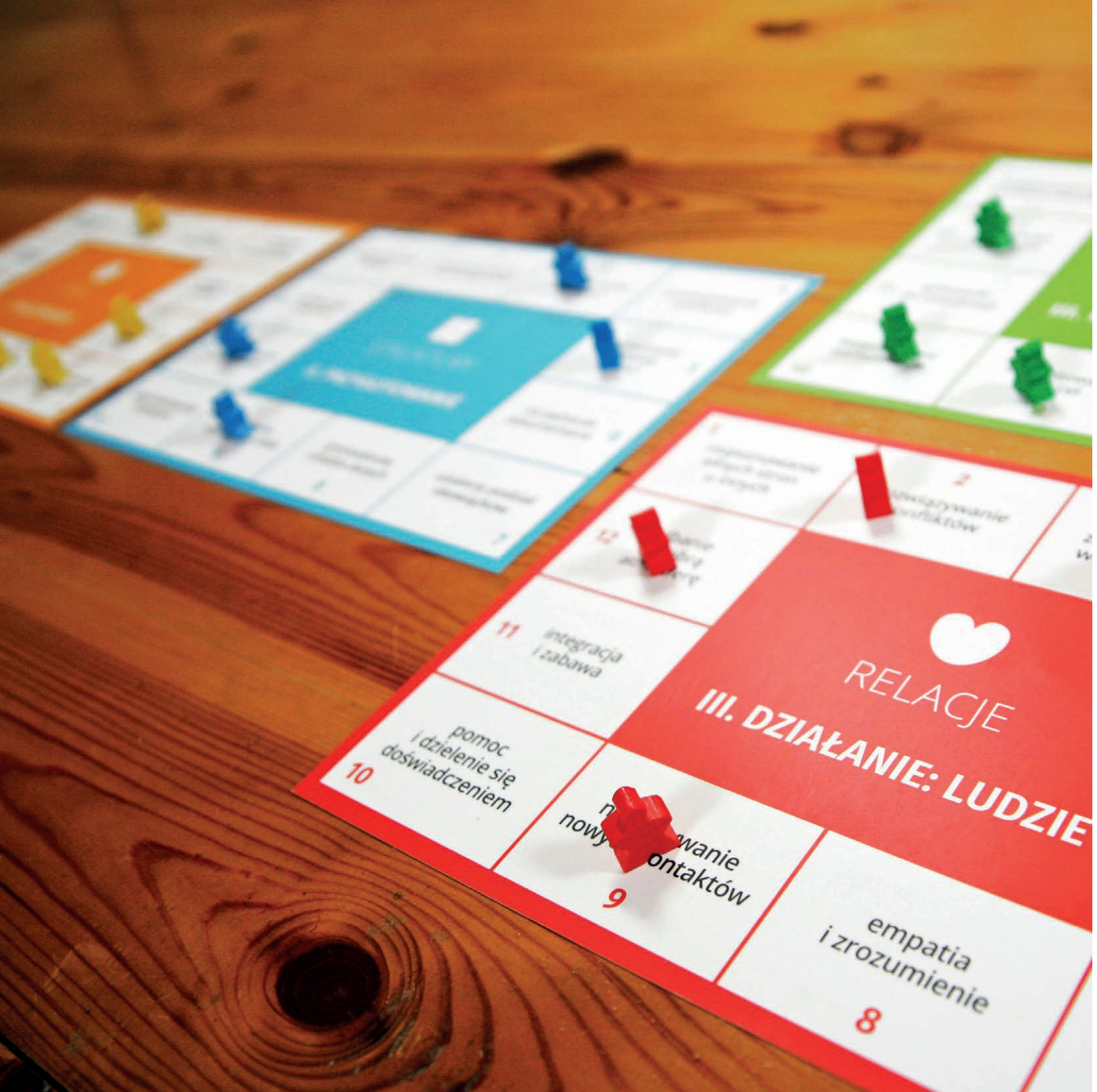
Znajomość Stylów Myślenia członków zespołu pomaga im lepiej komunikować się ze sobą i łatwiej zapobiegać konfliktom.

Potencjał

Poznanie różnorodności i specyfiki Stylów Myślenia poszczególnych osób pomaga osiągnięciu efektu synergii.

Dopasowanie

Narzędzie „Proces FRIS®" ułatwia dopasowywanie do projektów i zadań ludzi o właściwych predyspozycjach.



Proces FRIS®

Rozpoznaj potencjał swojego zespołu za pomocą narzędzia innego niż wszystkie. Proces FRIS® to oryginalna koncepcja, która pomaga budować zespół uwzględniając zarówno efektywności działań, jak i satysfakcję z wykonywanej pracy. Grupa przechodzi od pomysłu do wdrożenia bez przygotowań? A może stale porusza się utartymi ścieżkami?

Na mapie Procesu FRIS® można takie zjawiska zaobserwować i przewidzieć jeszcze przed rozpoczęciem wspólnej pracy.

1. INICJOWANIE	2. PRZYGOTOWANIE	3. DZIAŁANIE
koncepcja wizja, strategia	**analiza** plan, projekt	**zadania** priorytety, cele
		ludzie współpraca, angażowanie

ABC Procesu FRIS®:
www.fris.pl/proces

AKADEMIA
LEONA KOŹMIŃSKIEGO

Strategiczny Partner FRIS®:
www.fris.pl/Kozminski

Ponad 100 recenzji FRIS®:
www.fris.pl/opinie

99%
„mój Styl Myślenia został poprawnie określony"

99%
„podoba mi się zawartość raportu"

97%
„opis mojej osoby uważam za trafny"

Opinie

FRIS® jest doceniany za trafność, przejrzystość oraz przydatność w ocenie potencjału i budowaniu zespołów. Przedstawione statystyki bazują na odpowiedziach z **wszystkich 1624 recenzji**, które otrzymaliśmy w ramach badań satysfakcji odbiorców Raportu FRIS® przeprowadzonych w latach 2015 i 2017.

Nikolay Kirov
Trener, Keynote speaker, Wykładowca, Dyrektor Studiów MBA na Akademii Leona Koźmińskiego – obszar Przywództwo i Negocjacje

Gdy zobaczyłem swój raport od razu wiedziałem, że FRIS® jest absolutnie wyjątkowy. Na jego podstawie można niezwykle skutecznie zarządzać zespołami. Polecam FRIS® jako narzędzie idealne dla każdej organizacji.

Marek Kamiński
Podróżnik, Przedsiębiorca, Autor książek,
Pierwszy zdobywca dwóch biegunów Ziemi w jednym roku

FRIS® daje wiedzę menedżerom, czego potrzebują osoby w zespole o odmiennych stylach, tak aby stworzyć dobre warunki do rozwoju i osiągania najlepszych wyników. Podpowiada jak budować synergię i komplementarność zespołu.

Szkolenie staje się przygodą

FRIS®, jako jedyne narzędzie diagnostyczne, oferuje metodę pracy warsztatowej opartą na innowacyjnym wykorzystaniu komiksu i opowieści w edukacji osób dorosłych. Styl Myślenia Superbohatera™ to opracowana w 2019 r. platforma trenerska, która wprowadza postacie Superbohaterów jako archetypy osób o czterech Stylach Myślenia. Zilustrowana jest pięknymi grafikami wykonanymi przez polskiego artystę i rysownika Wojciecha Bema.

Postacie Superbohaterów FRIS® oraz ich Supermoce zostały starannie zaprojektowane na podstawie wymiarów poznawczych definiowanych przez Model FRIS®. Pomagają one utożsamić się z własnym Stylem Myślenia, zrozumieć potencjał osób o odmiennych profilach poznawczych oraz nauczyć się lepiej działać w zespole.

Narzędzie opiera się na idei kreatywnej pracy z obrazem i metaforą, pozwala uczestnikom szkoleń tworzyć własne historie, wyjść poza utarte schematy oraz przyjrzeć się sobie i swoim mocnym stronom z innej perspektywy. Dzięki temu silnie angażuje i motywuje do działania.

Poznaj Superbohaterów FRIS®:
www.fris.pl/super

Doświadczenie w doskonałej formie

Poznawanie siebie za pomocą FRIS® to wciągająca przygoda, w której ważną rolę odgrywa nie tylko rzetelna wiedza, ale również piękna forma. Angażujące gry zespołowe są wzbogacone o atrakcyjne materiały szkoleniowe, którym towarzyszy przyjemna i czytelna oprawa graficzna raportów FRIS®. Dzięki temu odkrywanie swojego Stylu FRIS® staje się świetną zabawą, zarówno podczas sesji indywidualnych, jak i warsztatów zespołowych.

100 000 osób

wykonało badanie FRIS® do końca stycznia 2024 r.

Podstawy naukowe

Oryginalnie polska metodologia FRIS® bazuje na teoriach i modelach z obszaru psychologii poznawczej. W odróżnieniu od większości dostępnych narzędzi kwestionariuszowych dostępnych, nie stanowi ogólnego opisu typu osobowości lub stylu zachowania, lecz koncentruje się na praktycznym opisie wewnętrznych procesów umysłowych.

Kwestionariusz FRIS® został stworzony w 2014 r. zgodnie ze standardami tworzenia testów psychometrycznych. Jego wysoka rzetelność (α= 0,82–0,88) oraz trafność (teoretyczna, kryterialna i fasadowa) zostały udowodnione właściwymi analizami na wszystkich etapach tworzenia.

Od 2017 r. Zespół FRIS® prowadzi wraz z Zachodniopomorskim Uniwersytetem Technologicznym i Centrami Symulacji Medycznych dalsze badania nad stylami myślenia, w tym innowacyjny projekt FRIS® eye, oparty o eksperymenty percepcyjne z obiektywnym pomiarem za pomocą eye-trackera oraz EEG.

Więcej o wiarygodności psychometrycznej:
www.fris.pl/wiarygodnosc

Badania naukowe i publikacje:
www.fris.pl/lab

Bezpłatny e-book

Przeczytaj e-book „Ludzie z czterech planet” i odkryj, co mówią o sobie Zawodnicy, Partnerzy, Wizjonerzy oraz Badacze. Poznaj ich refleksje o sobie samych – co jest największą siłą, jak radzą sobie z trudnościami. Dowiedz się, jak lepiej współpracować z osobami o innych Stylach Myślenia.

Pobierz bezpłatny e-book:
www.fris.pl/4planety

Potrzebujesz więcej informacji?

Odwiedź www.fris.pl – na blogu znajdziesz artykuły zawierające praktyczne wskazówki jak korzystać z FRIS®, dowiesz się więcej o jego obszarach zastosowań, przeczytasz opinie i zainspirujesz się historiami „sFRISowanych” organizacji.

Szczególnie polecamy:

Artykuły

Prosto i praktycznie o Stylach Myślenia, porady i wskazówki jak korzystać z FRIS® w pracy i w życiu prywatnym.

www.fris.pl/blog

Efekt FRIS®

Inspirujące historie organizacji, które zmieniły się na lepsze po włączeniu do kultury organizacyjnej wiedzy o Stylach Myślenia.

www.fris.pl/efekt

Wywiady

Eksperci dzielą się swoimi doświadczeniami z wykorzystania FRIS® w różnych branżach i obszarach zawodowych.

www.fris.pl/wywiady

FRIS®

style myślenia

prosty | praktyczny | polski

www.fris.pl