

Załącznik nr 2

Bilans kompetencji

.....
Imię i Nazwisko

MOJE ZASOBY:

Moja aktualna sytuacja zawodowa:

.....
.....
.....
.....

Posiadane **wykształcenie, kwalifikacje zawodowe, uprawnienia, kursy:**

.....
.....
.....
.....
.....

Doświadczenie zawodowe:

.....
.....
.....
.....
.....

Zainteresowania (Czym się interesujesz? , Jak lubisz spędzać swój wolny czas?):

.....

.....

.....

Moje uzdolnienia:

Zdolności, które cenię u siebie (proszę zaznaczyć maksymalnie trzy odpowiedzi)

- **Zdolności komunikacji** (łatwość nawiązywania kontaktów, rozumienie myśli, uczuć i poglądów innych ludzi)
- **Zdolności językowe** (łatwość wypowiedzi, umiejętność przekonywania, wrażliwość na słowa)
- **Zdolności matematyczno – logiczne** (sprawne liczenie, łatwość w rozumieniu i operowaniu abstrakcyjnymi symbolami, wzorami)
- **Zdolności przestrzenne** (zdolność wyobraźni przestrzennej)
- **Zdolności techniczne** (łatwość obsługi urządzeń, ich naprawy i eksploatacji)
- **Sprawność fizyczna** (dobra kondycja ruchowa, zręczność, dobra kondycja)
- **Zdolności manualne** (duża sprawność w rękach; składanie drobnych elementów)
- **Zdolności kierownicze** (przewodzenie i motywowanie innych, delegowanie zadań)

Cechy, które zaliczam do swoich mocnych stron:

1 -

.....

2 -

.....

3 -

.....

4 -

.....

Cechy, które zaliczam do swoich słabych stron:

1 -

.....

2 -

.....

3 -

.....

4 -

.....

Moja hierarchia wartości - w swoim życiu kieruję się takimi wartościami jak:

.....

.....

.....

Moje największe osiągnięcia (coś z czego jestem dumny/a):

.....

.....

.....

Spośród wymienionych w tabeli cech osobowości wybierz tylko 7 z nich , które najbardziej charakteryzują Ciebie:

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Praktyczny | Nastawiony na wynik i efekty | Powolny | Lubiący zmiany | Realistyczny |
| Uczciwy | Samodzielny | Odporny na stres | Zaradny, przedsiębiorczy | Szybko uczący się |
| Skrupulatny i dokładny w działaniu | Zdecydowany i stanowczy | Kreatywny, pomysłowy | Nastawiony na pracę w zespole | Małomówny |
| Komunikatywny | Nie lubiący procedur, norm, zasad | Szybki w podejmowaniu decyzji | Niecierpliwy | Elastyczny w dopasowaniu się do zmian |
| Pracowity | Zdystansowany | Entuzjastyczny | Dbający o relacje z ludźmi | Uległy |
| Nerwowy | Odpowiedzialny | Dbający o szczegóły | Wysoko zmotywowany | Ambitny |

1.

2.

3.
4.
5.
6.
7.

Umiejętności nad którymi chciałbyś popracować(poprawić, udoskonalić):

| | |
|--|--|
| - zdolności organizacyjne | - zdolności interpersonalne (um. nawiązywania kontaktów, zdolność komunikowania się z innymi) |
| -umiejętność szybkiego podejmowania decyzji | - zdolność analizy i wyciągania wniosków |
| - zdolności kierownicze, przywódcze | - umiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych, konfliktowych |
| - umiejętności sprzedażowe | - umiejętność pracy w grupie |
| - zdolność planowania w dalszej perspektywie | - autoprezentacja (wystąpienia publiczne) |
| - umiejętność podejmowania zachowań ryzykownych | - inicjatywa w działaniu (pro aktywność, wewnątrzsterowność) |

IDENTYFIKACJA CELÓW ZAWODOWYCH

Mój główny cel zawodowy to:

.....

.....

Określenie celów częściowych:

Twoja strategia działania – kroki do realizacji celów

| Nazwa celu częściowego | Kolejne kroki prowadzące do celu częściowego |
|------------------------|--|
| | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| | 1. |
| | 2. |
| | 3. |

Kategorie działań

Podaj działania o charakterze edukacyjnym:

a)

.....

b)

.....

c)

.....

Podaj działania o charakterze zawodowym:

a)

.....

b)

.....

c)

.....

Obszary, cechy, umiejętności nad którymi chciałabym/chciałbym popracować to:

1 -

.....

2 -

.....

3 -

.....

MOJA KARIERA ZAWODOWA:

Idealne stanowisko pracy:

1. Nazwa stanowiska:.....

2. Rodzaj instytucji, zakładu):

a) firma prywatna

b) firma zagraniczna

c) własna firma

3. Podstawowe obowiązki, kluczowe zadania (co robię, za co odpowiadam):

-
-
-

4. Zasadnicze zalety, korzyści tej pracy:

-
-
-

5. Kwalifikacje zawodowe niezbędne do wykonywania tej pracy
(ukończona szkoła, kursy, szkolenia, uprawnienia):

-
-
-

6. Jakie umiejętności w tej pracy możesz rozwijać ?

-



-
-
-

Przyszłość tego zawodu (jego perspektywy) to głównie:

- 1 -
.....
- 2 -
.....

7. Zarobki:

8. Interesuje mnie praca:

- a) zespołowa b) samodzielna

Dlaczego?

.....
.....

Wizja alternatywna zawodu:

Propozycja innego zawodu

.....

Żeby to osiągnąć muszę zdobyć:

Wykształcenie:

Kompetencje:

.....

Na tym stanowisku chciałabym/chciałabym wykonywać następujący zakres obowiązków:

.....
.....

