D5: KĽÚČOVÉ KOMPETENCIE 2  
PRacovný materiál pre uchádzača o zamestnanie

POSTUP: Odpovedajte pravdivo a sebakriticky – vyberte podľa vlastnej preferencie a označte príslušnú bodovú hodnotu.

|  |
| --- |
| **Komunikácia** |
| Ľudia sa mi často zverujú so svojim problémom | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| V komunikácii dokážem veci „vystihnúť“ | | Veľmi dobre | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Vidím a vnímam, čo si iní myslia a cítia | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem vyjadriť (povedať) svoj názor | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy, je to pre mňa ťažké |
| Ľudia ma žiadajú aby som im poradil | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem vyjadriť a prejaviť svoje pocity | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy, je to pre mňa ťažké |

|  |
| --- |
| **Spolupráca** |
| V tíme pracujem | | Veľmi rád | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Veľmi nerád |
| Dokážem priznať chybu a nedostatky | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy, je to pre mňa ťažké |
| Dokážem prijať skupinové rozhodnutie | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy, je to pre mňa ťažké |
| Pri práci sa zameriavam na dosiahnutie cieľa | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Voči iným som ústretový | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Zaujímam sa o to, čo iní v tíme robia a čo hovoria | | Veľmi dôležité | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Vôbec mi na tom nezáleží |

|  |
| --- |
| **Riešenie problémov** |
| Musím súčasne robiť viac vecí | | Stáva sa mi to veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Nové situácie sú pre mňa výzvou | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem rozoznať jadro a štruktúru problémov | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem uvažovať a rozmýšľať v súvislostiach | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Zložité situácie dokážem vyriešiť | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Na svoju intuíciu sa môžem spoľahnúť | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |

|  |
| --- |
| **Kreativita** |
| Dokážem zvoliť rôzne postupy | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Skúšam nové možnosti | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Mám neobmedzenú fantáziu | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem improvizovať | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Som spontánny | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Bavia ma kreatívne práce | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |

|  |
| --- |
| **Samostatnosť** |
| Dokážem sa rozhodovať samostatne | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem zastávať svoj názor | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem oddeliť osobu od témy | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Rešpektujem stanovené podmienky | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Svoju prácu plánujem a robím sám | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Ak je potrebné, viem požiadať iných o pomoc | | Je to pre mňa ľahké | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Je to pre mňa ťažké |

|  |
| --- |
| **Výkonnosť** |
| Viem si sám rozdeliť a naplánovať svoj čas | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Mám dôveru vo svoje schopnosti | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem pracovať v časovom strese | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem v práci vytrvať | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Rýchlo sa „zregenerujem“ | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Mám „jasno“ v tom čo chcem | | Vždy | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Málokedy |

|  |
| --- |
| **Zodpovednosť** |
| Je na mňa spoľahnutie | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Uvedomujem si dôsledky svojho konania | | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Veľmi ťažko |
| Dodržím to, čo som povedal | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem prijať zodpovednosť za svoje činy | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem si vybrať, zvoliť, rozhodnúť sa | | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Veľmi ťažko |
| Uvedomujem si svoju rolu, pozíciu | | | Vždy | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | nikdy |
| **Schopnosť analýzy** | |
| Rád rozmýšľam nad riešením problémov | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem sa sústrediť | | | Veľmi ľahko | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Veľmi ťažko |
| Viem rozoznať podstatné od nepodstatného | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Viem si urobiť obraz o probléme a zorientovať sa | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem rozoznať príčiny od dôsledkov | | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem rozpoznať súvislosti a nadväznosti | | | vždy | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | nikdy |

|  |
| --- |
| **Schopnosť učiť sa** |
| Musím sa zaoberať novými vecami | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Som zvedavý na všetko nové | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Vyhľadávam nové zdroje informácií | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Nové postupy a úlohy ma motivujú | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Pamätám si nové veci | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem si spojiť nové poznatky s tým, čo už viem | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |

|  |
| --- |
| **Schopnosť argumentovať** |
| Dokážem svoje konanie zdôvodňovať | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Viem hovoriť pred publikom /skupinou | | Bez problému | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Všetko sa dá nejako zdôvodniť | | Súhlasím | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Nesúhlasím |
| Dokážem podložiť svoje tvrdenia | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Pre rozhodnutie vyžadujem zdôvodnenie | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Viem presvedčiť ostatných o svojom názore | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |

|  |
| --- |
| **Schopnosť hodnotiť** |
| Dokážem hodnotiť osoby a výkon | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Viem stanoviť hodnotiace kritériá | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Uvedomujem si hodnoty zásady, ktorými sa riadim | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Chyby ostatných dokážem prijať | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Viem povzbudiť | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |
| Dokážem kritizovať bez toho, aby som iného ranil | | Veľmi často | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** | Skoro nikdy |

## Vyhodnotenie:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kľúčová kompetencia** | **Súčet bodov** | **Poradie** | **Príklady zo života** (len pre tri kompetencie s najvyšším počtom bodov) |
| *KOMUNIKÁCIA* |  |  |  |
| *SPOLUPRÁCA* |  |  |  |
| *RIEŠENIE PROBLÉMOV* |  |  |  |
| *KREATIVITA* |  |  |  |
| *SAMOSTATNOSŤ* |  |  |  |
| *VÝKONNOSŤ* |  |  |  |
| *ZODPOVEDNOSŤ* |  |  |  |
| *SCHOPNOSŤ ANALÝZY* |  |  |  |
| *SCHOPNOSŤ UČIŤ SA* |  |  |  |
| *SCHOPNOSŤ ARGUMENTOVAŤ* |  |  |  |
| *SCHOPNOSŤ HODNOTIŤ* |  |  |  |