



# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

Jaki jest Twój cel zawodowy?

Jakie posiadasz doświadczenia?

PRACA ZAWODOWA

PROJEKTY

WOLONTARIAT

Twoje zainteresowania:

Znajomość języków obcych:

Sport / hobby

# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

Jakie są Twoje umiejętności?



SPOŁECZNE:

.....

.....

.....

.....

.....

ORGANIZACYJNE

.....

.....

.....

.....

.....

KONCEPCYJNE

.....

.....

.....

.....

.....

PRZEDSIĘBIORCZE

.....

.....

.....

.....

.....

MANUALNE

.....

.....

.....

.....

.....

INNE (np. językowe, sportowe, komputerowe)

.....

.....

.....

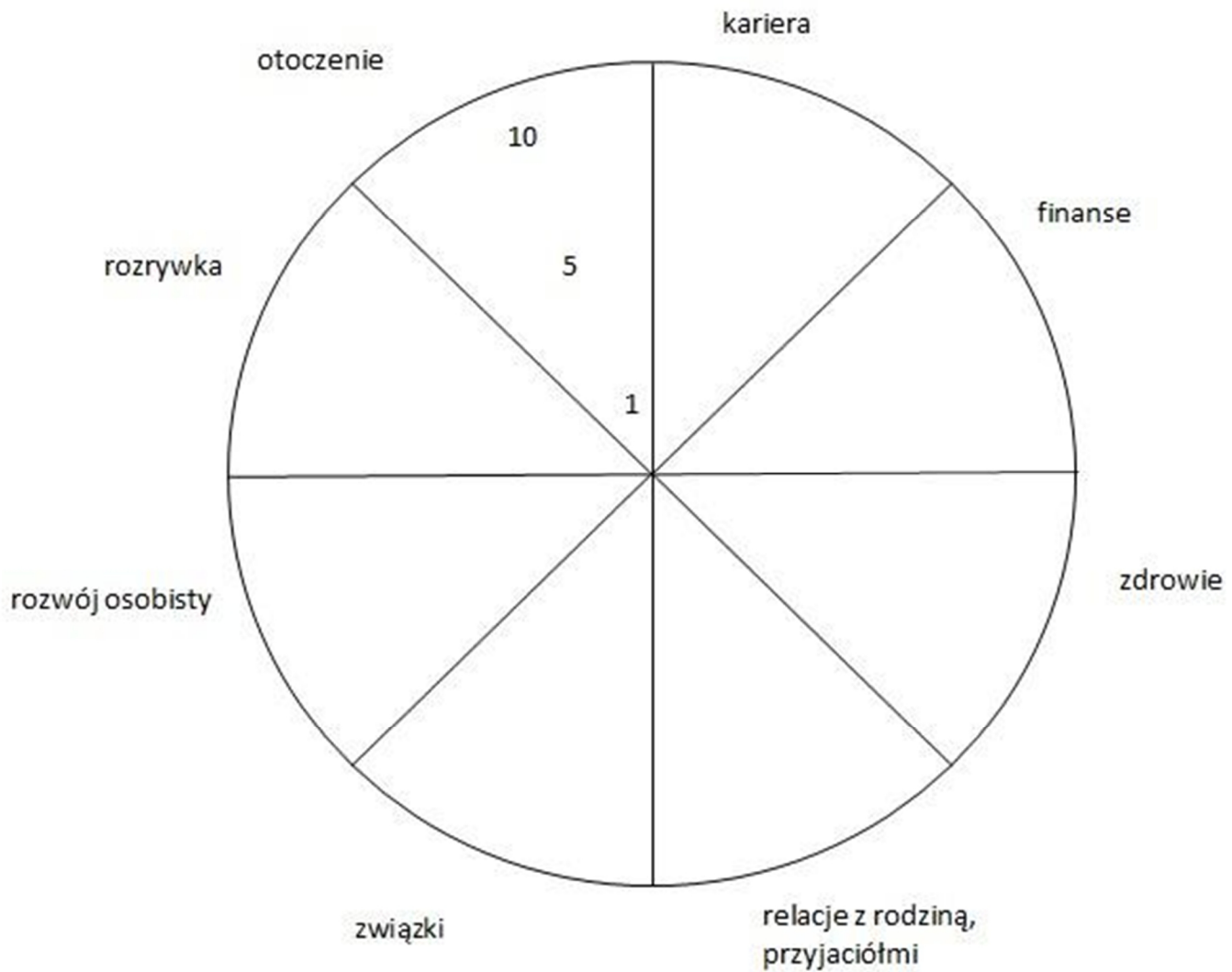
.....

.....

# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

Co jest dla Ciebie najważniejsze?

Zaznacz w jakim stopniu poszczególne potrzeby są w Twoim przypadku zaspokojone!



Jaka jest Twoja wartość serca?

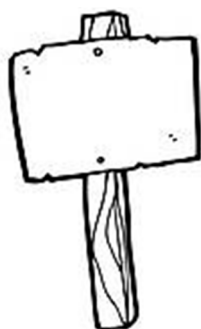
.....

.....

# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

Zapisz swoje mocne strony, słabe strony, szanse i zagrożenia  
w aspekcie planowania kariery zawodowej i edukacyjnej:

|                        |                            |
|------------------------|----------------------------|
|                        |                            |
| mocne strony<br>szanse | słabe strony<br>zagrożenia |
|                        |                            |



Gdzie chciałbyś być za rok?

.....

Gdzie chciałbyś być za 5 lat?

.....

Gdzie chciałbyś być za 20 lat?

.....

# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

Jakie musisz podjąć kroki, aby tam się znaleźć (wybierz perspektywę czasową)



---

---



---

---



---

---



---

---



---

---

Od czego zaczniesz już dziś?



# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

## ZASOBNIK

### Przykłady umiejętności

- ☐ adaptować się do sytuacji
- ☐ analizować dane
- ☐ brać udział
- ☐ być cierpliwym
- ☐ być odpowiedzialnym
- ☐ być precyzyjnym
- ☐ być szczegółowym
- ☐ dbać o
- ☐ decydować
- ☐ doradzać ludziom
- ☐ dostarczać wskazówek
- ☐ dotrzymywać terminów
- ☐ graficznie przedstawiać informację
- ☐ improwizować
- ☐ inicjować działania
- ☐ instruować
- ☐ interpretować dane
- ☐ jednoczyć ludzi
- ☐ kierować firmą
- ☐ kierować innymi
- ☐ kierować ludźmi
- ☐ komunikować się
- ☐ kontaktować się z innymi
- ☐ kontrolować koszty
- ☐ kontrolować sytuację
- ☐ koordynować działania
- ☐ motywować innych
- ☐ myśleć logicznie
- ☐ myśleć perspektywicznie
- ☐ nadzorować
- ☐ nawiązywać kontakt
- ☐ negocjować
- ☐ obserwować
- ☐ obsługiwać urządzenia
- ☐ oceniać
- ☐ oceniać sytuację
- ☐ opracowywać materiały promocyjne
- ☐ organizować
- ☐ osiągać postawiony cel
- ☐ pilotować
- ☐ pisać raporty
- ☐ podejmować decyzje
- ☐ pozyskiwać pieniądze
- ☐ promować
- ☐ prowadzić negocjacje
- ☐ przemawiać publicznie
- ☐ przeprowadzać spotkania
- ☐ przeprowadzać nabór
- ☐ przewidywać
- ☐ przewodzić ludziom
- ☐ przygotowywać materiały
- ☐ przygotowywać raporty
- ☐ publikować
- ☐ radzić sobie
- ☐ redagować
- ☐ rozwiązywać problemy
- ☐ rozwijać zainteresowania
- ☐ śledzić
- ☐ stawiać czoła innym
- ☐ szybko się uczyć
- ☐ szybko wykonywać pracę
- ☐ udoskonalać
- ☐ wdrażać
- ☐ weryfikować
- ☐ współpracować z innymi
- ☐ zainicjować
- ☐ zarządzać ludźmi
- ☐ zawierać umowy
- ☐ zrealizować

# Kwestionariusz Zasobów Indywidualnych

## Przykłady wartości

- ☐ zdrowie
- ☐ bezpieczeństwo osobiste
- ☐ bezpieczeństwo finansowe
- ☐ spokój
- ☐ życie bez zmartwień
- ☐ relacje z bliskimi
- ☐ miłość
- ☐ przyjaźń
- ☐ kontakt z naturą
- ☐ bycie użytecznym dla innych
- ☐ posiadanie autorytetu
- ☐ Ja w centrum uwagi
- ☐ dobro
- ☐ prawda
- ☐ empatia
- ☐ piękno
- ☐ wolność
- ☐ przyjemność
- ☐ wykształcenie
- ☐ pewna i stała praca
- ☐ sukces zawodowy
- ☐ wysoka pozycja społeczna
- ☐ pieniądze
- ☐ mieszkanie/dom
- ☐ założenie rodziny i udane życie rodzinne
- ☐ pomoc innym
- ☐ życie w zgodzie z zasadami religijnymi
- ☐ życie w zgodzie z zasadami moralnymi
- ☐ życie barwne, pełne wrażeń i ryzyka
- ☐ niezależność, autonomia, możliwość decydowania o sobie
- ☐ atrakcyjny wygląd fizyczny
- ☐ hobby
- ☐ sport
- ☐ podróże
- ☐ możliwość rozwoju, zdobywanie nowej wiedzy i umiejętności
- ☐ zadowolenie i satysfakcja z wykonywanej pracy
- ☐ ciekawy przedmiot pracy zgodny z zainteresowaniami
- ☐ możliwość awansu zawodowego
- ☐ miła atmosfera
- ☐ wyzwania, nowe doświadczenia
- ☐ władza, kierowanie innymi ludźmi
- ☐ szacunek innych
- ☐ wysoki poziom dóbr materialnych (np. mieszkanie, dom, samochód)
- ☐ posiadanie własnej firmy
- ☐ zadowolenie z siebie, satysfakcja