

MODUŁ 1. POZNAJ SIEBIE



KARTA PRACY 4.



Dofinansowane przez
Unię Europejską





KARTA PRACY 4.

Test Predyspozycji Zawodowych

Test predyspozycji zawodowych składa się z 20 pytań.

Polecenie: Odpowiedz na poniższe pytania, wybierając odpowiedź, która najlepiej odzwierciedla Twoje preferencje i umiejętności.

1. Jak często lubisz pracować w zespole?

- a) Zawsze, lubię współpracować z innymi
- b) Czasami, ale preferuję pracę samodzielnie
- c) Raczej unikam pracy w zespole

2. Jaki rodzaj zadań preferujesz?

- a) Te, które wymagają kreatywności i pomysłowości
- b) Te, które są dobrze zdefiniowane i mają klarowne cele
- c) Te, które są powtarzalne i nie wymagają dużego zaangażowania myślowego

3. Jak reagujesz na presję i stres w pracy?

- a) Radzę sobie dobrze pod presją i potrafię skutecznie zarządzać stresem
- b) Czasami stres mnie mobilizuje, ale zbyt duża presja może być problemem
- c) Stres znacząco wpływa na moją wydajność i samopoczucie



4. Czy lubisz podejmować decyzje i brać na siebie odpowiedzialność?

- a) Tak, czuję się komfortowo jako osoba podejmująca decyzje
- b) O ile mam pewność co do moich wyborów, nie boję się brać na siebie odpowiedzialności
- c) Wolę, gdy to ktoś inny podejmuje decyzje, aby uniknąć ryzyka

5. Czy jesteś otwarty na naukę nowych umiejętności i technologii?

- a) Tak, zawsze jestem gotowy uczyć się nowych rzeczy
- b) Tak, ale wolę pozostać przy tym, co już znam
- c) Nie jestem zbyt zainteresowany nauką nowych umiejętności

6. Jak oceniasz swoje umiejętności interpersonalne?

- a) Bardzo dobre, łatwo nawiązuję kontakty z ludźmi
- b) Średnie, potrafię współpracować z innymi, ale czasami mam trudności w komunikacji
- c) Słabe, mam trudności w nawiązywaniu relacji i współpracy z innymi

7. Jaki rodzaj pracy preferujesz?

- a) Dynamiczną i zmieniającą się, która wymaga szybkiego działania
- b) Ustrukturyzowaną i stabilną, w której mogę skupić się na wykonywaniu powtarzalnych zadań
- c) Nie mam preferencji co do rodzaju pracy



8. Jaka rolę pełnisz w grupie?

- a) Często pełnię rolę lidera lub organizatora
- b) Często jestem pomysłodawcą lub osobą wnoszącą konkretne umiejętności
- c) Raczej unikam pełnienia aktywnej roli w grupie

9. Czy jesteś skłonny do podejmowania ryzyka w celu osiągnięcia sukcesu zawodowego?

- a) Tak, uważam, że ryzyko jest niezbędne dla osiągnięcia sukcesu
- b) O ile ryzyko jest rozważne i uzasadnione, jestem gotów je podjąć
- c) Unikam ryzyka i staram się utrzymać status quo

10. Jak radzisz sobie z wyzwaniami w pracy?

- a) Aktywnie podejmuję wyzwania i staram się znaleźć kreatywne rozwiązania
- b) Radzę sobie z wyzwaniami, ale czasami potrzebuję wsparcia
- c) Często unikam wyzwań lub czuję się przytłoczony ich wielkością

11. Jaki jest Twój stosunek do samodoskonalenia i rozwoju zawodowego?

- a) Jest to dla mnie ważne i regularnie uczestniczę w szkoleniach i kursach
- b) Staram się rozwijać, ale czasami brakuje mi motywacji lub okazji
- c) Nie uważam, że samodoskonalenie jest istotne dla mojej kariery



12. Jak często zmieniasz stanowiska pracy lub branże?

- a) Dość często, lubię wyzwania związane z nowymi środowiskami pracy
- b) Czasami, gdy mam jasny cel zawodowy lub lepsze możliwości
- c) Rzadko, preferuję stabilność i długotrwałe zatrudnienie

13. Jak oceniasz swoje umiejętności w zakresie rozwiązywania problemów?

- a) Bardzo dobre, potrafię efektywnie analizować sytuacje i znajdować rozwiązania
- b) Przeciętne, potrafię rozwiązywać proste problemy, ale czasami mam trudności z bardziej złożonymi
- c) Słabe, mam trudności w identyfikowaniu problemów i znalezieniu odpowiednich rozwiązań

14. Jak oceniasz swoje umiejętności techniczne?

- a) Bardzo dobre, czuję się komfortowo w obszarze technologii i umiem je efektywnie wykorzystywać
- b) Średnie, potrafię obsługiwać podstawowe narzędzia i programy komputerowe
- c) Słabe, nie czuję się pewnie w obszarze technologii i mam trudności w ich stosowaniu



15. Czy preferujesz pracę w stałym miejscu czy raczej zmienną?

- a) Raczej zmienność, lubię nowe wyzwania i środowiska pracy
- b) Wolę stałość, aby móc się skupić na długoterminowych celach i projektach
- c) Nie mam preferencji co do rodzaju miejsca pracy

16. Jak oceniasz swoje umiejętności organizacyjne?

- a) Bardzo dobre, potrafię efektywnie zarządzać czasem i zadaniami
- b) Przeciętne, czasami mam trudności w organizacji, ale potrafię się dostosować
- c) Słabe, mam trudności w planowaniu i organizowaniu pracy

17. Czy preferujesz pracę w stałych godzinach czy bardziej elastyczne podejście?

- a) Bardziej elastyczne podejście, aby móc dostosować pracę do swojego rytmu życia
- b) Raczej stałe godziny, aby móc zaplanować swój dzień i życie prywatne
- c) Nie mam preferencji co do rodzaju godzin pracy



18. Jak oceniasz swoje umiejętności komunikacyjne?

- a) Bardzo dobre, potrafię skutecznie komunikować się zarówno w piśmie, jak i słownie
- b) Przeciętne, czasami mam trudności w wyrażaniu swoich myśli i idei
- c) Słabe, mam trudności w komunikacji z innymi i wyrażaniu swoich myśli

19. Czy preferujesz pracę, która angażuje Twój umysł czy ciało?

- a) Umysł, lubię wyzwania intelektualne i zadania wymagające myślenia
- b) Ciało, lubię pracę fizyczną i aktywność na świeżym powietrzu
- c) Nie mam preferencji co do rodzaju pracy

20. Jak oceniasz swoją motywację do pracy?

- a) Bardzo wysoka, jestem zmotywowany i zaangażowany w swoją pracę
- b) Średnia, czasami mam trudności z motywacją, ale staram się być produktywny
- c) Niska, mam trudności z utrzymaniem motywacji i zaangażowania w codzienne obowiązki



Interpretacja Wyników:

Sumując punkty uzyskane w odpowiedziach na poszczególne pytania, można ocenić swoje predyspozycje zawodowe w różnych obszarach. Im wyższa punktacja w danym obszarze, tym większe prawdopodobieństwo, że dany obszar może być odpowiedni dla Twojej kariery. Na podstawie wyników można zidentyfikować silne strony oraz obszary do rozwoju, co może pomóc w podjęciu decyzji zawodowych i planowaniu kariery.

Instrukcja:

1. Zsumuj punkty uzyskane za odpowiedzi typu "a", "b" i "c" w teście.
2. Jeśli suma punktów za odpowiedzi typu "a" jest najwyższa, oznacza to, że osoba najlepiej sobie radzi i ma duży zasób kompetencji zawodowych.
3. Jeśli suma punktów za odpowiedzi typu "b" jest najwyższa, oznacza to, że osoba dobrze sobie radzi w sobie radzi i ma wystarczający zasób kompetencji zawodowych
4. Jeśli suma punktów za odpowiedzi typu "c" jest najwyższa, oznacza to, że osoba słabo sobie radzi i ma niskie predyspozycje zawodowe.

Dzięki temu podejściu można ocenić, w których obszarach osoba ma silne umiejętności, a w których potrzebuje dalszego rozwoju.