

LIFE SKILLS



COMPRENDERE E SVILUPPARE SE STESSI

Powered by:





SCOPRI TE STESSO!

Scopri di più sui tuoi valori personali, sui tuoi punti di forza e di debolezza e su come svilupparli.

Auto-valutazione

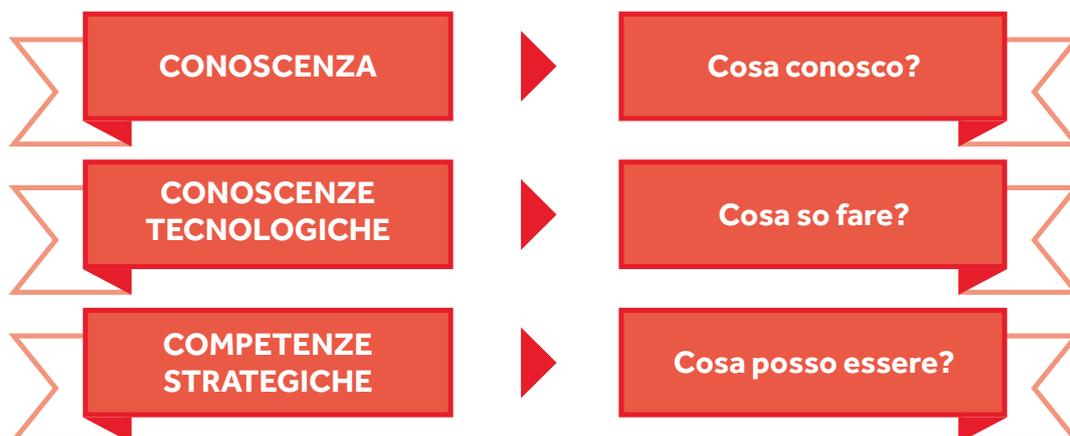
Cosa

Guardare ai propri progressi, crescere e imparare a capire in cosa si è migliorati e in quali aree c'è ancora bisogno di progredire richiede il confronto tra una situazione passata e quella attuale.

Perché

Tira fuori i tuoi valori, interessi, competenze e personalità per migliorare te stesso.

Cosa auto-valutare



Come auto-valutarsi

INTERESSI E PASSIONI

Che cosa mi motiva?

COMPETENZE

Che cosa sono capace di fare?

VALORI

Da che cosa trai il senso di quello che sai fare?

PERSONALITÀ E COMPATIBILITÀ

Che tipo di ambienti ti si addicono di più?

Esperienza e competenza

Scrivi una autobiografia che parli della tua esperienza educativa e professionale:

- compila una lista con gli episodi più significativi;
- descrivi alcune vicende che ti hanno realmente **"formato"**;
- supporta le tue competenze con esempi pratici, obiettivi raggiunti ed esperienze personali.

Motivazione e priorità

Ordina le tue priorità e individua le tue motivazioni

Sviluppo personale e raggiungimento di obiettivi

.....

Sicurezza, calma, ruoli definiti

.....

Carriera, potere, prestigio

.....

Indipendenza, espressione, creatività

.....

Ambiente piacevole, buone relazioni

.....

Il mio attuale obiettivo è...

.....

.....

Ambienti di lavoro



Chiediti
in quale tipo
di ambiente vorresti
lavorare

|| *Tu sei una gemma grezza
d'inestimabile valore.
Taglia e lucida il tuo potenziale
con la conoscenza, le capacità
e la disponibilità verso gli altri
e sarai enormemente richiesto
per tutta la tua vita* ||

—
D. Waitley



L'auto-valutazione aiuta la tua gemma a prendere forma.