

# Bilans własnych zasobów- moje mocne i słabe strony



mgr inż. Marcin Zaczek- szkolny doradca zawodowy

**Kompetencje** – zakres czyjejś wiedzy, umiejętności i doświadczenia.

(Encyklopedia PWN)

**Osoba kompetentna** to osoba, której postawa świadczy o tym, że potrafi we właściwy sposób wykorzystać posiadaną wiedzę w celu wykonania jakiegoś zadania lub rozwiązania problemu.

Istnieje wiele typologii kompetencji. Jedną z nich jest popularny **podział na kompetencje twarde i miękkie:**

**Kompetencje twarde** – to wiedza oraz umiejętności potrzebne do wykonywania określonej pracy, np. znajomość języków obcych, czy znajomość obsługi komputera

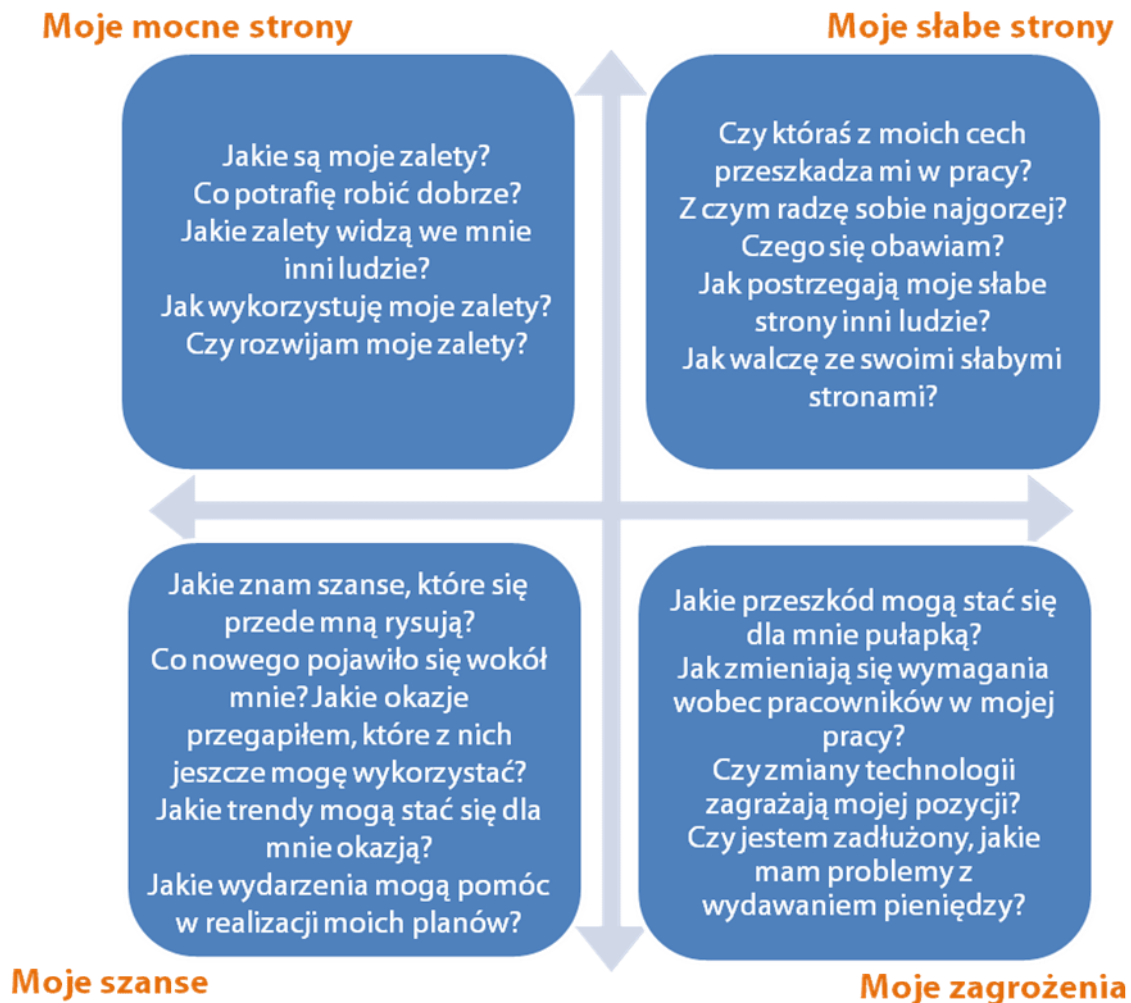
**Kompetencje miękkie** – to umiejętności psychospołeczne, np. komunikatywność, kreatywność, dynamizm działania, czy elastyczność.

Obecnie dla pracodawców coraz **większe znaczenie mają jednak kompetencje miękkie.**

Dlaczego?

**Ponieważ to one odpowiadają za nasze nastawienie do pracy, styl współpracy z innymi, chęć zdobywania nowej wiedzy, czy sposób radzenia sobie z przeszkodami.**

# Mocne i słabe strony



# Kompetencje miękkie

## Mocne strony

- Chętnie współpracuję w zespole
- Jestem pracowity/ta
- Jestem zorganizowany/na
- Jestem komunikatywny/na
- Samodyscyplina
- Odporność na stres
- Kreatywność
- Asertywność
- Wysoka kultura osobista
- Dbam o siebie

## Słabe strony

- Jestem podatny na stres
- Nie jestem asertywny
- Wybuchowość
- Konfliktowość
- Spóźniam się
- Słaba pamięć
- Niechętnie się uczę
- Nie interesuję się otaczającym światem (polityka, ekologia, ekonomia)

# Kompetencje twarde

## Mocne strony

- Wykształcenie;
- Zdany egzamin zawodowy;
- Znajomość języków obcych;
- Umiejętności zawodowe;
- Obsługa programów komputerowych;
- Ukończone kursy;
- Dodatkowe uprawnienia np. prawo jazdy;
- Doświadczenie zawodowe;

## Słabe strony

- Niskie wykształcenie;
- Brak znajomości języków obcych;
- Brak doświadczenia; zawodowego;
- Brak umiejętności zawodowych pomimo ukończenia szkoły;
- Niska znajomość obsługi komputera;
- Brak dodatkowych kursów i szkoleń;

# 10 kluczowych umiejętności miękkich

- <https://www.youtube.com/watch?v=MgYX11X9U0M>