

Minu oskuste portfell

ehk oma tugevate külgede kindlaksmääramine.

Igatiks teab ja oskab midagi ning on neid, oma tugevusi, edukalt kasutanud juba sünnimisest saadik. Sageli pole aga need erinevad tugevused teadvustatud ning seetõttu on vaja neid eneseanalüüsi käigus oma kogemustest ja tegevustest välja noppida.

Praktika näitab, et see analüüsimise töö tasub end kuhjaga ära, sest just teadmised ja oskused on edu saavutamise juures võtmeteguriteks ükskõik millises karjääris, rollis, ametis või töös.

*Üldjuhul saame me neid erinevaid kogemusi, teadmisi ja oskusi ka teistesse valdkondadesse ja rollidesse üle kanda, mistõttu neid kutsutakse ka **ülekantavateks oskusteks**.*

Selleks, et oma tugevustes, ülekantavates oskustes, selgusele jõuda on üks võimalik viis need ära kaardistada valdkondade kaupa. Tee ära järgmine test!

ÜLESANNE:

Kui räägitakse paljudest oskustest, siis millised neist Sinul kindlasti on?

Vaata järgnevat nädisoskuste loetelu (vaimsed, sotsiaalsed, füüsilised oskused)

ning tee:

√ linnuke iga oskuse juurde, mis sul enda arvates olemas on;

* tärn iga oskuse juurde, mille arendamisega sulle meeldib tegeleda;

○ ring iga oskuse juurde, mis sul enda arvates suurepärane on.

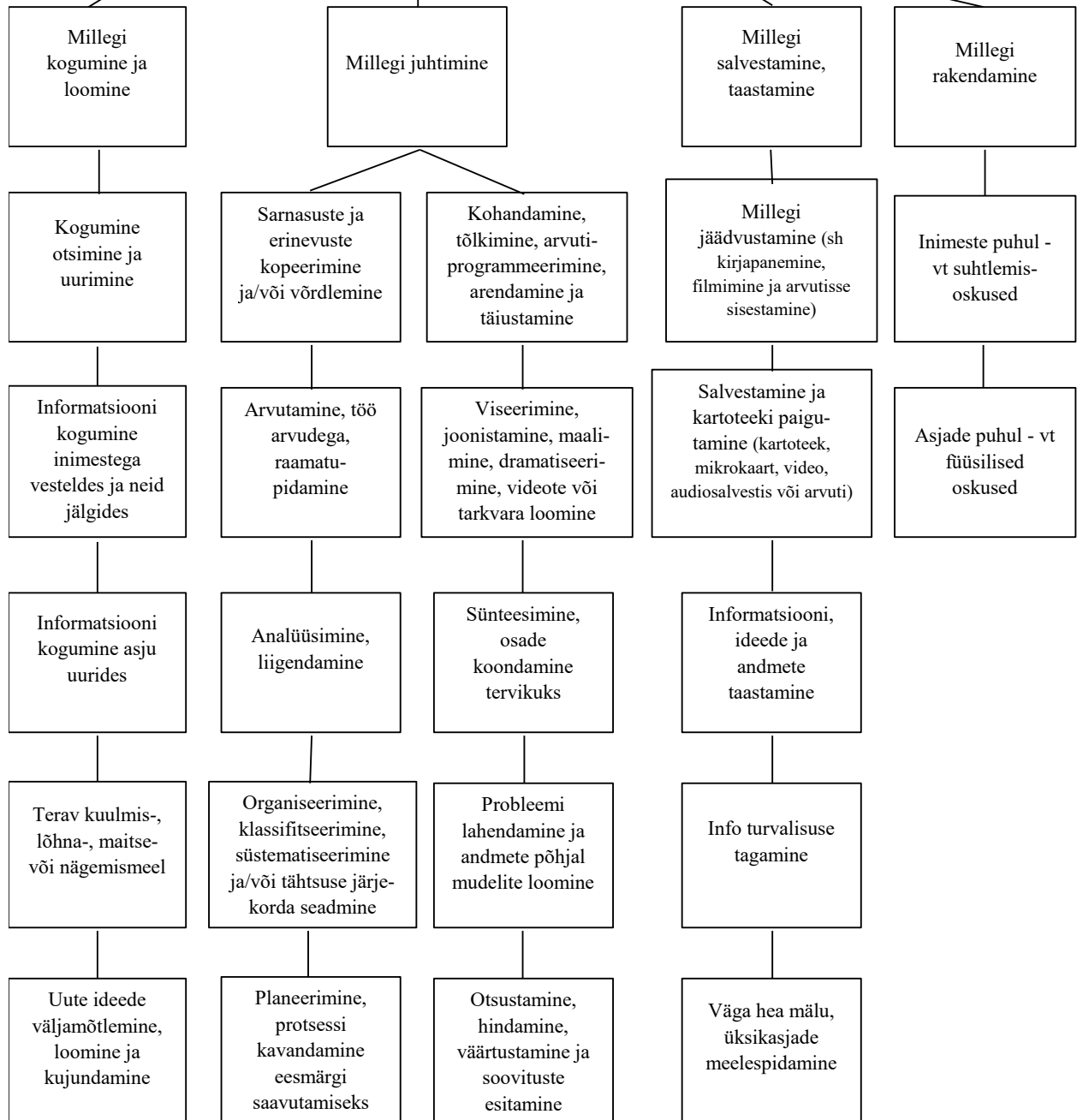
Analüüsimiseks:

Need oskused, mille juures on olemas kõik märgistused: √ * ○

tasub pöörata erilist tähelepanu. Kanna need oma oskuste portfelli nimekirja!

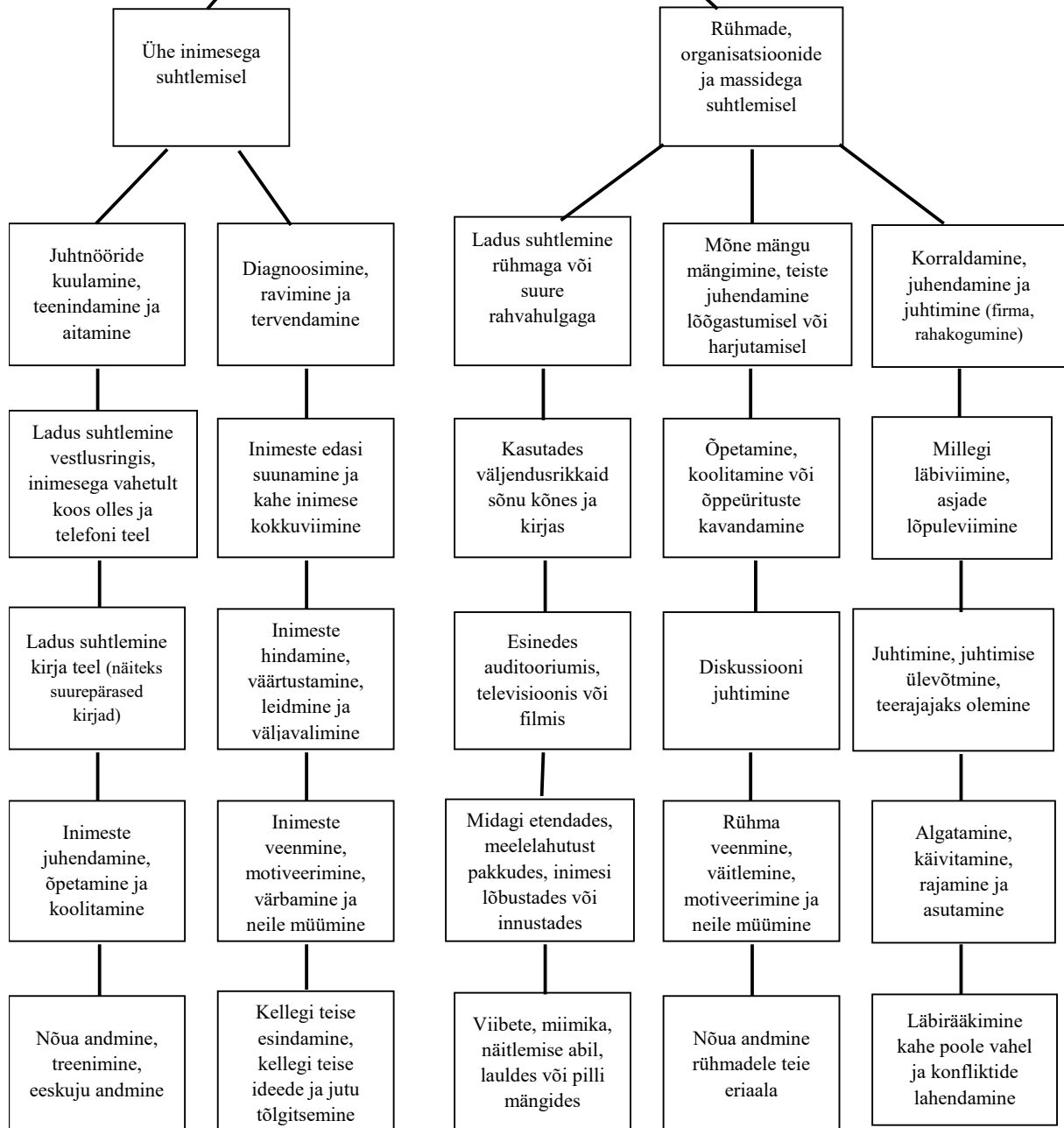
Vaimsed oskused

Minu tugevad küljed



Suhtlemisoskus

Minu tugevad küljed



Füüsilised oskused

Ma olen tugev järgmistel aladel

