



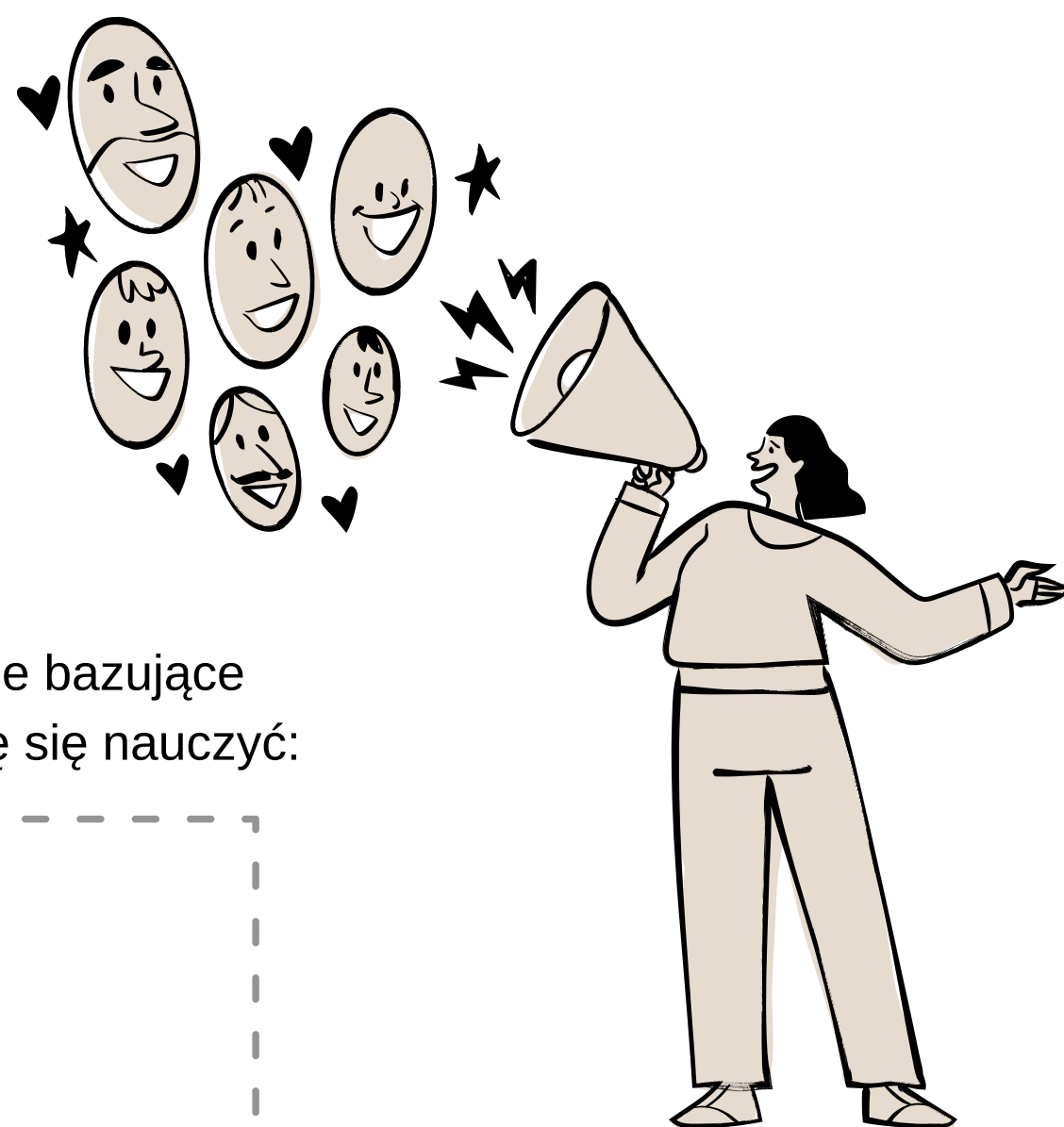
Moje umiejętności miękkie

Oto przykłady umiejętności miękkich. Przeczytaj uważnie poniższą listę i zastanów się, które z nich już posiadasz (zaznacz je nawiasem), a które chciałbyś/chciałabyś rozwijać lub zdobyć (podkreśl je). Następnie zastanów się, w jakich ścieżkach zawodowych i działaniach wolontariackich możesz wykorzystywać i rozwijać swoje obecne umiejętności oraz jakie ścieżki zawodowe i działania wolontariackie opierają się na umiejętnościach, które chciałbyś/chciałabyś nabyć. Swoje odpowiedzi zapisz poniżej w odpowiednich polach.

Umiejętności miękkie:

- prowadzenie dialogu, w którym liczy się wzajemny szacunek i zrozumienie
- nawiązywanie nowych relacji społecznych
- utrzymywanie kontaktu, budowanie i pogłębianie relacji
- elastyczne podejście do zadań i sytuacji
- poszukiwanie rozwiązań w sytuacjach konfliktowych
- efektywne planowanie, organizowanie i wykorzystanie czasu
- rozumienie emocji innych osób oraz ich reakcji
- zdolność rozwiązywania złożonych problemów
- kreatywne rozwiązywanie problemów
- współpraca w zespole
- stawianie granic i szanowanie granic innych osób
- uważne słuchanie innych
- udzielanie informacji zwrotnej
- dostosowywanie się do zmiennych warunków otoczenia
- podejmowanie trafnych decyzji w warunkach presji i niepewności
- działanie wg według ścisłych wytycznych
- motywowanie i inspirowanie innych
- logiczne myślenie

Ścieżki zawodowe, działania wolontariackie, w których mogę wykorzystać i rozwijać swoje obecne umiejętności miękkie:



Ścieżki zawodowe, działania wolontariackie bazujące na umiejętnościach miękkich, których chcę się nauczyć: