

ТЕСТ

Самооценка развития ключевых компетенций

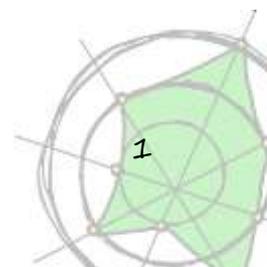
(в рамках программы развития компетенций для студентов и выпускников ВУЗов)

Вступление.

Данный тест является простым в использовании инструментом, который позволит Вам самостоятельно оценить, на каком уровне развития сейчас находятся Ваши компетенции.

Опросник включает 55 утверждений, описывающих проявления 11 компетенций, и его цель сформировать у Вас представление о сути компетенций и тех направлениях, на которых Вам необходимо сконцентрироваться в развитии.

Достоверность результатов этого теста определяется Вашей открытостью перед самим собой. При выполнении теста, обращайтесь в первую очередь к своим, действиям и поведению, ведь компетенции – это именно проявляемые в деятельности навыки, знания, мотивы и установки личности. Подтвердите результаты через обратную связь от людей, которые с Вами хорошо знакомы. Например, предложите двум-трем людям, которые представляют различные социальные группы Вашего окружения, оценить Вас на основе данного теста, и сравните их оценки с Вашими.



БЛАНК ТЕСТА

Самооценка развития ключевых компетенций

Инструкция.

Внимательно прочитайте каждое утверждение, обдумайте его и вспомните ситуации из своего опыта, выберите из вариантов ответов тот, который описывает степень соответствия утверждений Вашим повседневным действиям и моделям поведения. Поставьте в соответствующей графе ответа отметку. Старайтесь выбирать вариант «затрудняюсь ответить» как можно реже.

| № | Утверждения | полностью НЕ соответствует | скорее НЕ соответствует | затрудняюсь ответить | скорее соответствует | полностью соответствует |
|----|--|----------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|
| 1 | Мне достаточно небольшого количества информации, чтобы сделать выводы и решить задачу. | | | | | |
| 2 | Я без посторонней помощи преобразую проблему в задачу, которая помогает быстро разрешить ситуацию. | | | | | |
| 3 | Я тестирую действиями свои представления о мире, убеждения и идеи. | | | | | |
| 4 | Я неосознанно ограничиваю область поиска решений задач проверенными вариантами. | | | | | |
| 5 | Я стараюсь выполнять всю работу сам, не передавая задачи другим. | | | | | |
| 6 | Коллеги принимают от меня развивающую обратную связь. | | | | | |
| 7 | Я вдохновляю окружающих на достижение общего результата. | | | | | |
| 8 | При общении с людьми, я обращаю не только, что они говорят, но и как ведут себя при этом. | | | | | |
| 9 | Мне сложно увязывать достижение командных целей и решение личных интересов. | | | | | |
| 10 | Мне трудно прогнозировать то, как окружающие отреагируют на мои слова или действия. | | | | | |
| 11 | Когда мне говорят, что что-то «невозможно», я начинаю искать способы преодолеть ограничения. | | | | | |
| 12 | Окружающие обращаются ко мне для получения реальной помощи в различных жизненных ситуациях. | | | | | |
| 13 | Мне удается договориться с окружающими до соглашений, устраивающих обе стороны, вне зависимости от их статуса и степени нашего знакомства. | | | | | |
| 14 | Понимание причин эмоций помогает мне конструктивно взаимодействовать с агрессивно настроенными людьми. | | | | | |
| 15 | Я целенаправленно расширяю круг профессионального общения. | | | | | |
| 16 | Я уточняю свои представления об интересах и увлечениях окружающих. | | | | | |
| 17 | Я тренируюсь письменно и устно представлять свои навыки и компетенции. | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 18 | Я добиваюсь в переговорах лучших условий для себя всеми возможными способами. | | | | | |
| 19 | Я предлагаю сразу несколько решений задачи. | | | | | |
| 21 | Когда возникает спор с окружающими, я тот человек, который обращает внимание всех на общие интересы. | | | | | |
| 22 | Я выстраиваю в переговорах долгосрочное сотрудничество. | | | | | |
| 23 | Я обращаюсь за конкретной помощью к окружающим, если самостоятельно не могу решить задачу. | | | | | |
| 24 | Я учитываю при решении задачи информацию, которая не относится к ней напрямую, но влияет на нее. | | | | | |
| 25 | Я целенаправленно формирую приемы, помогающие мне принимать решения. | | | | | |
| 26 | Мои действия помогают окружающим лучше понять их интересы и потребности. | | | | | |
| 27 | Я собираю информацию, чтобы понять, чем я могу быть полезен окружающим | | | | | |
| 28 | Я делаю больше того, что от меня требуют формальные отношения, чтобы обрадовать окружающих и этим создать хорошее настроение себе. | | | | | |
| 29 | Окружающие часто подчеркивают мой творческий подход в решении задач. | | | | | |
| 29 | Я принимаю участие в проектах, которые развивают мои навыки и дают возможность заявить о себе в профессиональной сфере. | | | | | |
| 30 | Мне легко сознательно переключаться с одной содержательной темы общения на другую. | | | | | |
| 31 | Я меняю свои представления и убеждения при наличии достоверных оснований для этого. | | | | | |
| 32 | Я собираю базу уникальных идей, прогнозов будущего и открытий из различных областей. | | | | | |
| 33 | Я не сразу заново приступаю к решению задачи после неудачной попытки, мне требуется время, чтобы прийти в себя. | | | | | |
| 34 | Я формулирую для себя профессиональные и карьерные цели. | | | | | |
| 35 | Я различными способами проверяю достоверность новой информации. | | | | | |
| 36 | Я самостоятельно справляюсь с последствиями принятых решений. | | | | | |
| 37 | Люди, с которыми я работаю, получают от меня своевременную поддержку по рабочим вопросам. | | | | | |
| 38 | Я активно участвую в совместном поиске решений командных задач. | | | | | |
| 39 | Я практикую упражнения для развития творческого подхода в решении задач из различных областей. | | | | | |
| 40 | Я подбираю аргументы для переговоров с учетом особенностей второй стороны. | | | | | |
| 41 | Чаще всего мои ошибки в решении задач связаны с жесткостью представлений и установок. | | | | | |
| 42 | Я четко понимаю свою роль при командном решении задачи. | | | | | |

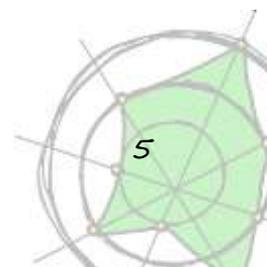
| | | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|--|
| 43 | Я самостоятельно отслеживаю последствия своих действий и делаю выводы об их эффективности. | | | | | | |
| 44 | Я нахожу аргументы в защиту отличной от моей точки зрения. | | | | | | |
| 45 | Я даю возможность сохранить лицо второй стороне в споре. | | | | | | |
| 46 | Я целенаправленно расширяю зону своих профессиональных знаний в смежные области. | | | | | | |
| 47 | Я использую приемы саморегуляции, чтобы сохранять работоспособное состояние при большой когнитивной и эмоциональной нагрузке/ в стрессовых ситуациях. | | | | | | |
| 48 | Я инициирую командные формы решения локальной задачи. | | | | | | |
| 49 | Я открыто принимаю аргументированную картину мира окружающих, даже если они не согласуется с моей. | | | | | | |
| 50 | Я руководствуюсь в принятии решений четкими внутренними ориентирами и ценностями. | | | | | | |
| 51 | Я использую при анализе проблемы различные подходы, включая междисциплинарные. | | | | | | |
| 52 | Я быстро адаптируюсь к изменениям в планах. | | | | | | |
| 53 | Я использую различные источники, чтобы знать и понимать потребности работодателей в целом и конкретных компаний в частности. | | | | | | |
| 54 | Я опираюсь на советы окружающих принимая решения, которые касаются лично меня. | | | | | | |
| 55 | Окружающие меня люди подтверждают, что я точно понимаю их эмоции и состояния. | | | | | | |

Результаты теста:

Проставьте в соответствующих графах набранные баллы за ответы, используя «Ключ к тесту». Сосчитайте общую сумму по каждой компетенции и определите уровень их развития. Ознакомьтесь с рекомендациями.

| № | Компетенция | номера утверждений для прямой шкалы | | | | | обратная шкала | Σ |
|---|--|-------------------------------------|----|----|----|--|----------------|---|
| | | 2 | 24 | 46 | 51 | | | |
| 1 | Комплексное многоуровневое решение проблем | | | | | | 1 | |
| 2 | Критическое мышление | | | | | | 41 | |
| 3 | Креативность | | | | | | 4 | |
| 4 | Управление людьми | | | | | | 5 | |
| 5 | Сотрудничество с другими | | | | | | 9 | |
| 6 | Эмоциональный интеллект | | | | | | 10 | |
| 7 | Суждение и принятие решений | | | | | | 54 | |

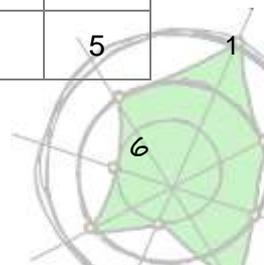
| | | | | | | | | |
|----|--------------------------|----|----|----|----|----|----|--|
| | | | | | | | | |
| 8 | Клиентоориентированность | 12 | 16 | 26 | 27 | 28 | | |
| | | | | | | | | |
| 9 | Умение вести переговоры | 13 | 18 | 22 | 45 | | 18 | |
| | | | | | | | | |
| 10 | Когнитивная гибкость | 30 | 44 | 49 | 53 | | 33 | |
| | | | | | | | | |
| 11 | Эффективный поиск работы | 15 | 17 | 29 | 34 | 53 | | |
| | | | | | | | | |



КЛЮЧ К ТЕСТУ

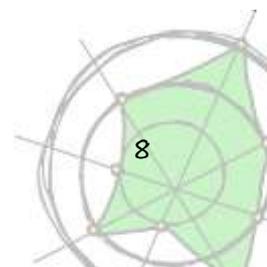
Ниже представлен «Ключ к тесту», где указаны баллы за каждый ответ по всем утверждениям. Используйте его, чтобы определить количество баллов по каждому утверждению. Проставьте соответствующие баллы в бланк ответов в разделе «Результаты теста» в соответствующей графе.

| № | Утверждения | полностью не соответствует | скорее не соответствует | затрудняюсь ответить | скорее соответствует | полностью соответствует |
|----|--|----------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|
| 1 | Мне достаточно небольшого количества информации, чтобы сделать выводы и решить задачу. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2 | Я без посторонней помощи преобразую проблему в задачу, которая помогает быстро разрешить ситуацию. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Я тестирую действиями свои представления о мире, убеждения и идеи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Я неосознанно ограничиваю область поиска решений задач проверенными вариантами. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5 | Я стараюсь выполнять всю работу сам, не передавая задачи другим. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | Коллеги принимают от меня развивающую обратную связь. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Я вдохновляю окружающих на достижение общего результата. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | При общении с людьми, я обращаю не только, что они говорят, но и как ведут себя при этом. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Мне сложно увязывать достижение командных целей и решение личных интересов. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10 | Мне трудно прогнозировать то, как окружающие отреагируют на мои слова или действия. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11 | Когда мне говорят, что что-то «невозможно», я начинаю искать способы преодолеть ограничения. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | Окружающие обращаются ко мне для получения реальной помощи в различных жизненных ситуациях. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Мне удается договориться с окружающими до соглашений, устраивающих обе стороны, вне зависимости от их статуса и степени нашего знакомства. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Понимание причин эмоций помогает мне конструктивно взаимодействовать с агрессивными настроенными людьми. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | Я целенаправленно расширяю круг профессионального общения. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Я уточняю свои представления об интересах и увлечениях окружающих. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |



| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 17 | Я тренируюсь письменно и устно представлять свои навыки и компетенции. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Я добиваюсь в переговорах лучших условий для себя всеми возможными способами. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 19 | Я предлагаю сразу несколько решений задачи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | Когда возникает спор с окружающими, я тот человек, который обращает внимание всех на общие интересы. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Я выстраиваю в переговорах долгосрочное сотрудничество. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Я обращаюсь за конкретной помощью к окружающим, если самостоятельно не могу решить задачу. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | Я учитываю при решении задачи информацию, которая не относится к ней напрямую, но влияет на нее. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | Я целенаправленно формирую приемы, помогающие мне принимать решения. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Мои действия помогают окружающим лучше понять их интересы и потребности. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | Я собираю информацию, чтобы понять, чем я могу быть полезен окружающим | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Я делаю больше того, что от меня требуют формальные отношения, чтобы обрадовать окружающих и этим создать хорошее настроение себе. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Окружающие часто подчеркивают мой творческий подход в решении задач. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Я принимаю участие в проектах, которые развивают мои навыки и дают возможность заявить о себе в профессиональной сфере. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 | Мне легко сознательно переключаться с одной содержательной темы общения на другую. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31 | Я меняю свои представления и убеждения при наличии достоверных оснований для этого. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32 | Я собираю базу уникальных идей, прогнозов будущего и открытий из различных областей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33 | Я не сразу заново приступаю к решению задачи после неудачной попытки, мне требуется время, чтобы прийти в себя. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 34 | Я формулирую для себя профессиональные и карьерные цели. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35 | Я различными способами проверяю достоверность новой информации. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36 | Я самостоятельно справляюсь с последствиями принятых решений. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37 | Люди, с которыми я работаю, получают от меня своевременную поддержку по рабочим вопросам. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38 | Я активно участвую в совместном поиске решений командных задач. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 39 | Я практикую упражнения для развития творческого подхода в решении задач из различных областей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 | Я подбираю аргументы для переговоров с учетом особенностей второй стороны. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41 | Чаще всего мои ошибки в решении задач связаны с жесткостью представлений и установок. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 42 | Я четко понимаю свою роль при командном решении задачи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43 | Я самостоятельно отслеживаю последствия своих действий и делаю выводы об их эффективности. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44 | Я нахожу аргументы в защиту отличной от моей точки зрения. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45 | Я даю возможность сохранить лицо второй стороне в споре. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46 | Я целенаправленно расширяю зону своих профессиональных знаний в смежные области. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47 | Я использую приемы саморегуляции, чтобы сохранять работоспособное состояние при большой когнитивной и эмоциональной нагрузке/ в стрессовых ситуациях. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48 | Я инициирую командные формы решения локальной задачи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49 | Я открыто принимаю аргументированную картину мира окружающих, даже если они не согласуются с моей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50 | Я руководствуюсь в принятии решений четкими внутренними ориентирами и ценностями. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51 | Я использую при анализе проблемы различные подходы, включая междисциплинарные. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52 | Я быстро адаптируюсь к изменениям в планах. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 53 | Я использую различные источники, чтобы знать и понимать потребности работодателей в целом и конкретных компаний в частности. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 54 | Я опираюсь на советы окружающих принимая решения, которые касаются лично меня. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 55 | Окружающие меня люди подтверждают, что я точно понимаю их эмоции и состояния. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |



УРОВНИ РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕКОМЕНДАЦИИ

| Итоги теста | Уровень развития компетенции | Рекомендации |
|--|--|--|
| За рамками теста | <p>МАСТЕРСТВА</p> <p>Дополняет уровень опыта. Предполагает особо высокую степень развития компетенции.</p> <p>Человек уверенно владеет компетенцией, проявляя ее как в стандартных, так и в новых, сложных ситуациях.</p> <p>Человек помогает другим людям эффективно проявлять компетенцию.</p> | <p>Уровень подтверждается такими методами как ассесмент/ интервью по компетенциям, в конкретном наблюдаемом поведении.</p> |
| Сумма баллов по компетенции и 22 и выше | <p>ОПЫТА (ожидаемый уровень развития)</p> <p>Сотрудник успешно использует компетенцию для решения стандартных рабочих задач.</p> <p>В новых, нестандартных ситуациях компетенция проявляется в виде отдельных фрагментов, нестабильно.</p> <p>Отсутствуют проявления начального уровня развития компетенций/ негативные поведенческие модели</p> <p>Человек четко осознает суть компетенции, демонстрирует модели поведения, подтверждающие ее.</p> <p>Сознательно отслеживает поведенческие проявления компетенции в собственном поведении и поведении окружающих.</p> | <p>Подтвердите результаты теста, наблюдая за своей деятельностью на практике и опросив свое окружение.</p> <p>Изучите учебные курсы, представленные «Лабораторией компетенций SOFTSKILLS» с целью совершенствования собственных навыков и устойчивого проявления их в различных жизненных и рабочих ситуациях.</p> |
| Сумма баллов по компетенции и более 15 и менее 22. | <p>РАЗВИТИЯ (уровень развития ниже ожидаемого)</p> <p>Человек владеет компетенцией ограниченно, в виде отдельных элементов.</p> <p>Компетенция проявляется в простых или знакомых ситуациях.</p> <p>Компетенция не проявляется в незнакомых, сложных ситуациях.</p> | <p>Просмотрите еще раз заполненный Вами тест и определите те зоны, которые в первую очередь требуют развития с учетом Ваших задач. Включите в «Индивидуальный План Развития» курсы, советуемые компетенциям, которые критичны для Вашей деятельности сейчас и в ближайшем будущем (в этом Вам поможет «МАТРИЦА КУРСОВ»).</p> <p>Активно изучайте предложенные «Лабораторией компетенций SOFT SKILLS» источники информации (в «Рабочих тетрадях по курсам» и «Библиотеке»),</p> <p>Применяйте новые знания на практике, наблюдайте за своими результатами и запрашивайте обратную связь от окружающих.</p> <p>Находите соратников и экспертов-наставников в освоении навыков.</p> |
| Сумма баллов по компетенции и менее 15 | <p>НАЧАЛЬНЫЙ (уровень некомпетентности)</p> <p>Человек не владеет компетенцией.</p> <p>Характерные для компетенции поведенческие проявления и модели демонстрирует редко или не демонстрирует совсем, кроме того человек демонстрирует негативные поведенческие модели.</p> <p>Человек не понимает важности компетенции, не пытается ее применять и развивать.</p> | <p>Включите в первую очередь в «Индивидуальный План Развития» курсы, советуемые компетенциям, сумма баллов по которым наименьшая. Выберите те курсы, которые помогут Вам в развитии большего количества компетенций, востребованных в Вашей деятельности в ближайшее время (в этом Вам поможет «МАТРИЦА КУРСОВ»).</p> <p>Активно изучайте предложенные «Лабораторией компетенций SOFT SKILLS» источники информации (в «Рабочих тетрадях по курсам» и «Библиотеке»),</p> <p>Применяйте новые знания на практике, наблюдайте за своими действиями и запрашивайте обратную связь от окружающих.</p> <p>Находите соратников в освоении навыков.</p> |

ОПИСАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ.

| | |
|--|---|
| Комплексное многоуровневое решение проблем | самостоятельное определение проблемы и всего комплекса обуславливающих ее причин и источников; выявление и устранение причины возникновения ситуации, а не ее следствий; системный междисциплинарный подход к решению задач |
| Критическое мышление | сомнение в достоверности всей поступающей информации, уже существующих правил и даже своих представлений о мире; выбор в качестве основы для решений и действий фактов, а не информации |
| Креативность | нестандартный подход в мышлении и поведении ко всему, постоянное осознанию и творческое развитие своего опыта; инновации и моделирование на основе интегрального подхода и нелинейных решений. |
| Управление людьми | создание условий раскрытия творческого потенциала и максимальных достижений у окружающих людей; сочетание наличия «видения» решения ситуации и организации людей на воплощение этого «видения» |
| Сотрудничество с другими | Выстраивание взаимодействия с людьми на различных уровнях от обмена информацией до обмена смыслами; создание общего поля деятельности по решению задач |
| Эмоциональный интеллект | распознавание эмоций и понимание намерений других людей; управление собственными эмоциями и состояниями; оказание влияния на эмоции и состояния окружающих |
| Суждение и принятие решений | Формирование собственного мнения и смелость в принятии самостоятельных решений и их последствий |
| Клиентоориентированность | взаимодействие с окружающими и решение проблем людей на основе понимания их ценностей и потребностей |
| Умение вести переговоры | коммуникация с позиции переговорного процесса, направленного на долгосрочное сотрудничество; убедительное донесение своей позиции через вербальные и невербальные техники с учетом специфики и интересов второй стороны переговоров |
| Когнитивная гибкость | оперативное переключение с одной мысли на другую, а также обдумывание нескольких идей и задач одновременно |
| Эффективный поиск работы | активное применение в поиске работы различных методов для реализации оптимального сочетания потребностей работодателей, тенденций развития профессиональной сферы и собственных навыков и целей |

