

Foglio di lavoro di Feedback

Con questo foglio di lavoro apprezzerai il tuo feedback su me stesso e sulle mie soft skills. C'è un foglio di lavoro simile disponibile per me che posso usare per il mio processo di auto-riflessione. Le tue risposte obiettive e dettagliate mi aiuteranno a conoscermi meglio confrontando le tue affermazioni con le mie. Grazie!



Introduzione: Ho capacità e punti di forza!

Domande su di me in generale (compilare le caselle vuote):

1) In quali situazioni mi hai visto fare qualcosa con passione? Quando è stato?:

2) Questi sono i compiti che mi piace svolgere quando facciamo qualcosa insieme:

3) Quali sono i 5 tratti caratteriali che associ a me? Fornisci anche alcuni esempi in cui hai osservato questi tratti:

4) Su quali argomenti o questioni mi chiederesti un consiglio?:

5) Cosa apprezzi di me?:



Più nel dettaglio: Ale 10 principali soft skills



Queste sono le 10 principali soft skills che pensi di possedere (seleziona dal seguente elenco):

Consapevolezza di sé:

- Autoriflessione Autocontrollo Etica

Adattabilità:

- Riflessione critica Resilienza Flessibilità

Iniziativa:

- Coraggio Fiducia in se stessi Problem solving

Curiosità:

- Spirito di osservazione Capacità di mettermi in discussione
 Ricerca di informazioni

Creatività:

- Immaginazione Originalità Generazione di idee

Dare senso:

- Riconoscimento di modelli Analisi
 Riconoscimento di opportunità

Pensiero olistico:

- Pensiero strategico Pensiero logico Giudizio

Comunicazione:

- Narrativa Motivare gli altri Ascolto

Collaborazione:

- Team work Empatia Gestione dei conflitti



Ci siamo quasi: questo è il modo in cui le soft skills si sono manifestate nella mia vita!

Dai uno sguardo più da vicino alla mia vita personale e/o professionale. Seleziona almeno 5 delle 9 soft skills, trova un esempio delle mie soft skills e spiega come sono diventate visibili in una determinata situazione o attività.



↓
(Le 9 soft skills tra cui scegliere: consapevolezza di sé, adattabilità, iniziativa, curiosità, creatività, dare senso, pensiero olistico, comunicazione, collaborazione)

Soft Skill	<u>Questo è quello che ho fatto (situazione, attività):</u>	<u>Ecco come le mie soft skills sono diventate visibili in questa situazione o attività:</u>
Esempio: Pensiero olistico	<i>Volontariato nei vigili del fuoco locali</i>	<i>Il servizio antincendio richiede molte conoscenze che devo combinare in ogni nuovo caso a seconda della situazione</i>



Infine: i miei obiettivi personali



Domande sui miei obiettivi professionali:

1) Cosa vorresti per i prossimi 5 anni della mia vita?:

2) Di cosa ho sempre parlato ma che non ho mai messo in pratica?

3) Questo è probabilmente il mio prossimo obiettivo professionale:

4) Questi potrebbero essere i miei prossimi passi per raggiungere il mio prossimo obiettivo professionale:

5) Queste soft skills possono essere utili per raggiungere il mio prossimo obiettivo professionale:



Se non diversamente specificato, questo documento può essere utilizzato gratuitamente ai sensi della Creative Commons Attribution-ShareAlike: distribuire opere derivate solo con una licenza identica ("non più restrittiva") alla licenza che regola l'opera originale (CC BY-SA 4.0). Per visualizzare una copia di questa licenza, visitare <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>. I loghi sono esclusi dalle licenze gratuite.



Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione [comunicazione] e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute. Progetto numero: 2019-1-DE02-KA202-006119

