



Képességek, készségek – általános iskolás, hosszú változat

A megalapozott pályadöntéshez fontos átgondolnunk, hogy miben vagyunk a legjobbak, mihez értünk leginkább. E kérdőív kitöltése lehetőséget nyújt az erősségeink és esetleges gyenge pontjaink feltárására. A következő állításokat értékeld a szerint, hogy mennyire igazak vagy jellemzőek rád, és az alábbi skála alapján a válaszodnak megfelelő számot írd be az üres négyzetbe.

- 0 = egyáltalán nem,
1 = kis mértékben,
2 = közepes mértékben,
3 = jelentős mértékben,
4 = teljes mértékben jellemző.

Sor- szám	Állítások	Milyen mértékben jellemző rád
1.	Tisztán és érthetően fogalmazok szóban és írásban is	
2.	Észreveszem, ha valaki szomorú.	
3.	Jól kijövök másokkal	
4.	A problémahelyzeteket jól kezelem.	
5.	Ügyes vagyok a labdajátékokban	
6.	Az órákon mindig odafigyelek	
7.	Könnyen megoldom a logikai feladatokat / fejtörőket	
8.	Jól teljesítek a csapatjátékokban / csapatversenyeken	
9.	Eredeti elképzeléseim vannak.	
10.	Térkép alapján jól tájékozodom	
11.	Feszült helyzetben nyugodt maradok	
12.	A feladatmegoldások során keveset hibázok	
13.	Ügyesen megszervezek bármilyen programot.	
14.	A döntéseimet önállóan hozom meg.	
15.	Tetteimért vállalom a felelősséget	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

16.	Társalgás során általában többet beszélek, mint a partnerem	
17.	Képes vagyok felvidítani valakit, ha rosszkedvű.	
18.	Elfogadom mások véleményét, tanácsait, javaslatait.	
19.	Könnyebb másokkal együtt tanulni vagy dolgozni, mint egyedül	
20.	Az ígéreteimet betartom.	
21.	Könnyen megoldom a szöveges feladatokat	
22.	Jó megfigyelő vagyok.	
23.	A nehézségek megoldásában kitartó vagyok.	
24.	Általában jobb ötleteim vannak, mint a többieknek	
25.	Csipesszel vagy más kis eszközzel végzett munka jól megy nekem	
26.	A bűvös kockát gyorsan kirakom	
27.	Feleléskor vagy dolgozatíráskor nem izgulok.	
28.	Órákról vagy találkozókról nem szoktam elkésni.	
29.	Jó előadó vagyok.	
30.	A legtöbb kérdésről önálló véleményem van	
31.	Stresszes helyzetekben nem szoktam leblokkolni.	
32.	Képes vagyok megkönnyíteni mások életét.	
33.	Tudom, mikor kell engedni vagy kompromisszumot kötni	
34.	Hozzájárulok a jó osztályközösség / csapatszellem kialakításához	
35.	Döntéseim következményeit vállalom	
36.	Ésszerűen szervezem meg az elfoglaltságaimat.	
37.	Képes vagyok hosszú ideig egy dologra figyelni.	
38.	A kényes kérdések vagy helyzetek megoldása nem okoz gondot.	
39.	Folyton újításokkal állok elő	
40.	Ügyesen használom a szerszámokat, eszközöket.	
41.	Könnyen eligazodok egy labirintusban	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

42.	Veszélyhelyzetekben nem veszítem el a fejem	
43.	Jól osztom be az időmet.	
44.	Örülök, ha önálló feladatokkal bíznak meg	
45.	Többnyire rájövök a matematikai összefüggésekre.	
46.	Kínos helyzetben is könnyen kivágom magam	
47.	A bajban együtt érzek másokkal.	
48.	Figyelembe veszem mások igényeit, elképzeléseit	
49.	Szükség esetén a többiek érdekeit saját céljaim elé helyezem	
50.	A rám bízott feladatokat lelkiismeretesen elvégzem.	
51.	Jól tudok szorozni és osztani.	
52.	A tanulásban / munkában alapos és pontos vagyok	
53.	A legjobb megoldásokon töröm a fejem	
54.	Vonzódom az új / ismeretlen dolgok iránt	
55.	A mozgásos tevékenységekben jó vagyok.	
56.	Távolságbecsléseim mindig bejönnek	
57.	Többnyire utána járok / utána nézek a dolgoknak / információknak	
58.	A munkaszervezésben profi vagyok	
59.	Másokhoz képest nagyon önálló vagyok	
60.	Egyszerre több dologra tudok figyelni	
61.	Bármilyen témáról tudok beszélgetni a többiekkel.	
62.	Önzetlenül segítek másokon.	
63.	Könnyen beilleszkedem egy csoportba, közösségbe	
64.	Építő jellegű javaslataimmal hozzásegítem a csapatot a sikerhez	
65.	A mindennapi életben felmerülő problémákra könnyen találok megoldást.	
66.	A mértékegységek átváltása jól megy nekem	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

67.	Könnyen észreveszem az elírásokat, számolási hibákat	
68.	A vezetői megbízatással együtt járó felelősséget jól tudnám kezelni.	
69.	Élénk fantáziával, jó képzelőerővel rendelkezem.	
70.	Ügyes kezű vagyok.	
71.	Alaprajz alapján könnyen el tudom képzelni a tárgyat	
72.	Akkor is nyugodt maradok, ha mások feszültek, idegesek körülöttem.	
73.	Napirendemet többnyire tartani tudom	
74.	Ritkán szorulok mások segítségére	
75.	Tanulás közben nem kalandoznak el a gondolataim.	

Forrás: Nemzeti Pályaorientációs Portál – www.eletpalya.munka.hu

