



Szabadidőmérleg – általános iskolás, rövid változat

Sok ismeretet, készséget nem az iskolapadban sajátítunk el. A következő kérdéssort azért állítottuk össze, hogy segítsünk végiggondolni, szabadidőben mit csinálsz, és ezt milyen területeken használhatod a jövőben, ha pályaválasztásról, továbbtanulásról gondolkodsz. Minden kérdésről dönts el, mennyire jellemző rád, amit olvastál.

0 = egyáltalán nem

1 = kis mértékben

2 = közepes mértékben

3 = jelentős mértékben

4 = teljes mértékben jellemző

Sor-szám	Állítások	Pont
1.	Szeretek fényképezni.	
2.	Szeretek a barátaimmal lógni.	
3.	Szeretek olvasni.	
4.	Stratégiai játékokat játszom számítógépen.	
5.	Szabadidőmben szeretek fűrni-faragni, barkácsolni.	
6.	Szeretek emléktárgyakat gyűjteni.	
7.	Üvegfestéssel foglalkozom.	
8.	Csetelek, msnezek.	
9.	Természettudományos kiállításokra járok.	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

10.	Szeretek politikai kérdésekről vitatkozni.	
11.	Szeretek kertészkedni.	
12.	Én vagyok a család krónikása.	
13.	Szeretek írogatni, például blogot vezetek.	
14.	Szeretek emailezni, közösségi oldalakat böngészni	
15.	Állatvédőként aktívan tevékenykedem.	
16.	Cserkészvezető vagyok.	
17.	Szeretek sütni, főzni.	
18.	A háztartás vezetésével kapcsolatos magazinokat olvasok.	
19.	Kézműveskedek, például tűzzománcozással, agyagozással, karkötőkészítéssel foglalkozom.	
20.	Gyakran segítek a barátaimnak lelki problémáik megoldásában.	
21.	Szabadidőmben sok időt töltök a számítógép előtt, információkat gyűjtve.	
22.	Saját vállalkozást indítottam.	
23.	Rendszeresen horgászom.	
24.	Szeretek pasziánszolni, kártyával vagy számítógépem.	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

25.	Színjátszóköri tag vagyok.	
26.	Sportcsapat tagja vagyok.	
27.	Ásványokat, köveket gyűjtök.	
28.	Szabadidőmben üzletelek, vállalkozom, üzletet építek (pl. MLM)	
29.	Szeretek modellezni.	
30.	Szeretem böngészgetni a különféle szabályokat (pl. KRESZ változásai).	
31.	Múzeumba járok, művészeti kiállításokra.	
32.	Szeretek bulikra járni.	
33.	Szeretek keresztrejtvényeket fejteni.	
34.	Szeretek konferenciákra járni, tájékozódni a fontos eseményekről.	
35.	Rendszeresen tornászom, fitness klubba járok.	
36.	Bélyegeket, szalvétát vagy érméket gyűjtök.	
37.	Hobbiból idegen nyelveket tanulok.	
38.	Vallási közösségben aktív szerepet vállalok.	
39.	Szeretek sakkozni.	





NEMZETI SZAKKÉPZÉSI ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL

40.	Rendszeresen olvasok gazdasági lapokat.	
41.	Szeretek kirándulni, túrázni.	
42.	Szabadidőmben a családfánkat kutatom.	
43.	Zenélni tanulok.	
44.	Cserkészkedem.	
45.	Szeretek állatkertbe járni.	
46.	Sportcsapat kapitánya vagyok.	
47.	Számítógéppel, annak hardver részével foglalkozom.	
48.	Szeretek takarítani, rendet rakni.	

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

