

Competenze professionali - 11 domande

Le competenze sono una combinazione di sapere, saper fare e saper essere. Si sviluppano grazie alla formazione e alle esperienze professionali, ma anche alle attività private quali hobby, passioni e volontariato. Per comprovare il possesso di una determinata competenza, deve illustrarla tramite esempi concreti di attività portate a buon fine. Il presente questionario la aiuterà a menzionare e mettere in ordine d'importanza i suoi principali ambiti di competenze.

Items (domande)

No Scala	Affermazione	Parole chiave	Suggerimento (risposta 1-5)	Suggerimento (Risposta 6-10)
1	Competenze manuali Possiedo competenze manuali: impiego di utensili, funzionamento di dispositivi o macchine, costruzione, fabbricazione, lavoro manuale, riparazione di oggetti, manutenzione, restauro, ...	Agricoltura Piante Animali Lavori all'aria aperta Alimentazione Settore alberghiero Economia domestica Cura del corpo Artigianato Costruzione, cantieri Trasporti Veicoli		
2	Competenze fisiche Possiedo competenze fisiche: sforzi o prestazioni fisiche, movimento, capacità di resistenza, tenuta, utilizzo del corpo, ...	Sport Salute Arti di scena Sicurezza Lavori esterni Veicoli Restauro Lavori di cantiere Animali Piante Cura del corpo		

3	Competenze tecniche	Possiedo competenze tecniche: impostazione e utilizzo di macchine e apparecchi complessi, elaborazione e comprensione di piani, interpretazione di schemi, sviluppo e implementazione di soluzioni tecniche, ...	<p>Informatica</p> <p>Telecomunicazioni</p> <p>Disegno tecnico</p> <p>Artigianato tecnico</p> <p>Tecnica medica</p> <p>Elettronica</p> <p>Meccanica</p> <p>Laboratorio</p> <p>Elettricità</p> <p>Tecniche di costruzione</p>		
4	Competenze scientifiche	Possiedo competenze scientifiche: preparazione di programmi di ricerca, analisi dati, risoluzione di problemi astratti, ricerca delle cause di fenomeni fisici o sociali, ricerca di soluzioni a problematiche complesse, lettura di studi, redazione di rapporti di analisi, pubblicazione di articoli, ...	<p>Scienze naturali</p> <p>Salute, medicina</p> <p>Scienze economiche</p> <p>Ingegneria</p> <p>Scienze sociali</p> <p>Scienze umane</p> <p>Scienze giuridiche</p>		
5	Competenze artistiche	Possiedo competenze artistiche: realizzare opere d'arte, creare oggetti, sviluppare linee grafiche, concepire spettacoli, redigere in qualità letteraria, suscitare emozioni in un pubblico, ...	<p>Musica</p> <p>Scrittura</p> <p>Grafica, design</p> <p>Fotografia</p> <p>Video, cinema</p> <p>Pittura</p> <p>Scultura</p> <p>Commedia, teatro</p> <p>Artigianato</p>		
6	Competenze nella relazione di aiuto	Possiedo competenze nella relazione di aiuto: sostegno, insegnamento, trasmissione, accompagnamento, alleviamento, cure, ascolto, consulenza, coaching, formazione di personale, ...	<p>Insegnamento</p> <p>Cure, salute</p> <p>Consulenza</p> <p>Cooperazione internazionale</p> <p>Aiuto umanitario</p> <p>Educazione sociale</p> <p>Animazione</p> <p>Psicologia</p> <p>Coaching</p>		

7	Competenze comunicative	Possiedo competenze comunicative: vendita, argomentazione, capacità di convinzione, persuasione, negoziazione, utilizzo di un'altra lingua, parlare in pubblico, redazione e presentazione di testi o esposizioni chiari e concisi, elaborazione di messaggi per specifici target, ...	Vendita Diritto Diplomazia Accoglienza, turismo Stampa scritta Marketing Organizzazione eventi Azione politica Media Pubblicità Relazioni pubbliche		
8	Competenze manageriali	Possiedo competenze manageriali: iniziative imprenditoriali, conduzione di una squadra, gestione di un'organizzazione o di un progetto, organizzazione di eventi, ideazione e lancio di nuovi prodotti, capacità decisionali, analisi di mercato, sviluppo di strategie commerciali, ...	Gestione aziendale Azione politica Gestione di progetto Amministrazione Diritto Organizzazione di eventi Turismo Risorse umane Gestione di squadra		
9	Competenze gestionali e amministrative	Possiedo competenze gestionali e amministrative: pianificazione, organizzazione, contabilità, controlling, lavoro con le cifre, ordinamento, analisi dati, verifiche dettagliate, coordinamento, svolgimento di processi, rispetto delle norme, redazione di rapporti, gestione delle scorte, trattamento posta, ...	Amministrazione Fiscalità Informatica gestionale Contabilità Controllo di qualità Logistica Finanze Sicurezza Diritto		
10	Maestria professionale	Sono considerato/a un esperto/un'esperta nel mio ambito professionale.		Consolida le sue competenze professionali tramite la formazione continua.	Privilegi le mansioni e i progetti che le permettono di sfruttare appieno le sue capacità.
11	Chiarezza in merito alle competenze	In conclusione, penso di conoscere bene le mie competenze professionali.		Un bilancio delle competenze approfondito potrebbe aiutarla a vederla più chiaro.	Conoscere bene le sue competenze la aiuterà nelle sue future scelte di carriera.

Suggerimenti generali

No Suggerimento

- 1 Stabilisca quali competenze intende utilizzare in ambito professionale e quali riservare al tempo libero.

- 2 Metta in luce le proprie competenze cercando esempi concreti delle sue riuscite professionali o private.
- 3 Rifletta alle competenze che vorrebbe migliorare o acquisire tramite una formazione continua o grazie a una nuova esperienza professionale.
- 4 Se punta a un cambiamento professionale, cerchi esempi di attività in cui potrebbe impiegare alcune delle sue attuali competenze.
- 5 Hobby, volontariato, ambito associativo: Si impegni in attività private per migliorare o acquisire competenze. Queste saranno in seguito trasponibili al mondo professionale.
- 6 Compari questi risultati con quelli del questionario relativo agli interessi professionali. I punti in comune possono rafforzare la sua motivazione.
- 7 Cerchi dei collegamenti tra professioni e competenze grazie al sito esterno Ricerca professioni COLSTA.
- 8 Attenzione, il presente questionario non costituisce un bilancio delle competenze: se desidera portare avanti una riflessione in questo senso, si informi presso l'ufficio di orientamento della sua regione.