**PRAKTINĖ UŽDUOTIS**

**Bendrųjų kompetencijų pažinimas**

**Užduoties tikslas.** Pažinti ir įvertinti savo bendrąsias kompetencijas, siekiant ne tik įsivertinti savo stipriąsias ir silpnąsias puses, bet ir nustatyti prioritetines kryptis tolesniam kompetencijų ugdymui ir karjeros tobulinimui.

**Ką reikia atlikti?**

Jums pateiktas sąrašas svarbių bendrųjų kompetencijų. Atidžiai perskaitykite kiekvienos kompetencijos pavadinimą ir apmąstykite, kiek esate ją įvaldę. Įvertinkite kiekvieną kompetenciją 10 balų skalėje: rašykite 10, jei manote, kad puikiai įvaldėte kompetenciją, ir 0, jei šios kompetencijos neturite visai. Jei manote, kad sąrašas nėra išsamus, papildykite jį trūkstamomis bendrosiomis kompetencijomis, kurios, jūsų nuomone, yra svarbios.

Kiekviename stulpelyje „Pagrindimas“ pateikite po vieną konkretų pavyzdį iš savo patirties, kuris galėtų pagrįsti jūsų vertinimą. Šie pavyzdžiai padės jums geriau suprasti savo kompetencijų lygį ir nustatyti sritis, kuriose reikia tobulėti.

Bendrųjų kompetencijų sąrašas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kompetencija | Vertinimas | Pagrindimas |
| Gebėjimas analizuoti ir apibendrinti |  |  |
| Gebėjimas planuoti ir organizuoti |  |  |
| Pagrindinės bendrosios žinios (bendras išprusimo lygis) |  |  |
| Pagrindinės profesinės žinios |  |  |
| Kalbinės ir rašytinės valstybinės kalbos žinios |  |  |
| Užsienio kalbų žinios |  |  |
| Pagrindiniai darbo kompiuteriu įgūdžiai |  |  |
| Mokslinių tyrimų įgūdžiai |  |  |
| Gebėjimas mokytis |  |  |
| Informacijos valdymo įgūdžiai |  |  |
| Gebėjimas objektyviai vertinti save ir kitus |  |  |
| Gebėjimas prisitaikyti naujose situacijose |  |  |
| Gebėjimas kurti naujas idėjas (kūrybiškumas) |  |  |
| Gebėjimas spręsti problemas |  |  |
| Gebėjimas priimti sprendimus |  |  |
| Gebėjimas dirbti komandoje |  |  |
| Tarpasmeninio bendravimo įgūdžiai |  |  |
| Lyderystės įgūdžiai  |  |  |
| Gebėjimas dirbti iš skirtingų sričių specialistų sudarytoje komandoje |  |  |
| Gebėjimas palaikyti ryšius su kitų sričių ekspertais |  |  |
| Kultūrinė ir kitokio pobūdžio tolerancija |  |  |
| Gebėjimas dirbti tarptautiniu lygmeniu |  |  |
| Savo ir kitų šalių kultūros bei papročių supratimas |  |  |
| Gebėjimas dirbti savarankiškai |  |  |
| Projektų kūrimo bei valdymo įgūdžiai |  |  |
| Gebėjimas būti iniciatyviu ir versliu |  |  |
| Gebėjimas laikytis bendrųjų moralinių principų |  |  |
| Pirmenybės teikimas kokybei |  |  |
| Sėkmės siekis |  |  |
| Kita |  |  |
| Kita |  |  |
| Kita |  |  |

**Pagalvokite:**

*Kaip manote, kurios iš šių kompetencijų pačios svarbiausios karjerai?*

*Kokiais būdais geriausiai ugdyti kiekvieną iš šių kompetencijų?*

*Kaip ir kur galėtumėte ugdyti arba įgyti trūkstamas kompetencijas ?*