**Κύκλοι Καθοδήγησης™ Αυτό-Αξιολόγηση Δεξιοτήτων (Στην αρχή του ταξιδιού)**

**Όνομα: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ημερομηνία: / /**

**(1= Φτωχό 5= Εξαιρετικό)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Δεξιότητες και Γνωρίσματα** | **Παρακαλώ επιλέξετε** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| 1 | Αυτό- παρακίνηση |   |   |   |   |   |
| 2 | Δεξιότητες Δικτύωσης |   |   |   |   |   |
| 3 | Αποτελεσματικότητα |   |   |   |   |   |
| 4 | Επικοινωνιακές Δεξιότητες |   |   |   |   |   |
| 5 | Γνώση πώς να ενθαρρύνεις τους άλλους |   |   |   |   |   |
| 6 | Διαπραγματευτικές Δεξιότητες |   |   |   |   |   |
| 7 | Αυτοπεποίθηση |   |   |   |   |   |
| 8 | Βεβαιότητα |   |   |   |   |   |
| 9 | Ηγετικές Δεξιότητες |   |   |   |   |   |
| 10 | Δεξιότητες Επίλυσης Προβλημάτων |   |   |   |   |   |
| 11 | Ευαισθησία προς τους άλλους |   |   |   |   |   |
| 12 | Ενθουσιασμός  |   |   |   |   |   |
| 13 | Διαχείριση άγχους |   |   |   |   |   |
| 14 | Δεξιότητες Παρουσίασης |   |   |   |   |   |
| 15 | Δημιουργία νέων σχέσεων |   |   |   |   |   |
| 16 | Διαχείριση χρόνου |  |  |  |  |  |
| 17 | Καθορισμό στόχων |  |  |  |  |  |
| 18 | Κατανόηση των αξιών μου |  |  |  |  |  |
| 19 | Προγραμματισμός των δράσεων μου |  |  |  |  |  |
| 20 | Να γνωρίζω ξεκάθαρα τι θέλω να επιτύχω |  |  |  |  |  |
| 21 | Να γνωρίζω ξεκάθαρα ποιοι είναι οι περιορισμοί μου |  |  |  |  |  |
| 22 | Γνώση για τον εθελοντισμό |  |  |  |  |  |
|   |   |   |   |  |  |  |
| *The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.* |

|  |
| --- |
|  |

 |  |  |
| V:\inova\SMART Volunteering\Dissemination\AMIF Logo.jpg |  |  |