**Mentoring Circles™ Autoevaluación de competencias (Al inicio de las sesiones)**

**Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Fecha: / / (1= Insuficiente 5= Excelente)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Competencias** | | **Marque una de las casillas** | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| 1 | Auto-motivación |  |  |  |  |  |
| 2 | Habilidades para el Networking |  |  |  |  |  |
| 3 | Eficiencia |  |  |  |  |  |
| 4 | Habilidades comunicativas |  |  |  |  |  |
| 5 | Conocimiento sobre cómo motivar a otros |  |  |  |  |  |
| 6 | Habilidades de negociación |  |  |  |  |  |
| 7 | Seguridad en una misma |  |  |  |  |  |
| 8 | Assertividad |  |  |  |  |  |
| 9 | Habilidades de liderazgo |  |  |  |  |  |
| 10 | Resolución de problemas |  |  |  |  |  |
| 11 | Sensibilidad hacia los demás |  |  |  |  |  |
| 12 | Entusiasmo |  |  |  |  |  |
| 13 | Gestión del estrés |  |  |  |  |  |
| 14 | Habilidades para la presentación |  |  |  |  |  |
| 15 | Establecimiento de nuevas relaciones |  |  |  |  |  |
| 16 | Gestión del tiempo |  |  |  |  |  |
| 17 | Fijación de objetivos |  |  |  |  |  |
| 18 | Comprensión de mis propios valores |  |  |  |  |  |
| 19 | Planificación de los pasos para la acción |  |  |  |  |  |
| 20 | Conocimiento claro de lo que se quiere conseguir |  |  |  |  |  |
| 21 | Conocimiento claro de las limitaciones |  |  |  |  |  |
| 22 | Conocimientos sobre voluntariado |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| *El apoyo de la Comisión Europea para la elaboración de esta publicación no implica la aceptación de sus contenidos, que es responsabilidad exclusiva de los autores. Por tanto, la Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida* | | | | |  | | --- | |  | |  |  |
|  |  |  |