

# СТІЙКІСТЬ ДО СТРЕСУ

Робота під тиском часу – це для мене не проблема, у таких ситуаціях я зберігаю ясний розум і дію ефективно.

# УМІННЯ ПРАЦЮВАТИ З ІНФОРМАЦІЄЮ



**Я вмію знаходити  
найважливішу інформацію  
з маси даних, повідомлень та  
сповіщень, які мене оточують,  
а також оцінювати, наскільки  
можна їм довіряти.**

# УМІННЯ ШВИДКО АДАПТУВАТИСЯ



**Я чудово адаптуюся до нових  
обставин – для мене  
не проблема пристосуватися  
до них.**

# УМІННЯ ОРГАНІЗУВАТИ ВЛАСНУ РОБОТУ

Я чітко визначаю цілі і завдання.  
Мене ніколи не  
перевантажують обов'язки,  
бо я завжди знаю, що мені  
робити спочатку, а що можна  
відкласти на потім.

# УМІННЯ ДЕЛЕГУВАТИ ЗАВДАННЯ

Я вмію довіряти іншим настільки, щоб передати їм для виконання частину роботи, за яку я відповідаю.

# ЕФЕКТИВНА КОМУНІКАЦІЯ

Я вмію формулювати думки  
чітко і точно – люди завжди  
знають, що я маю на увазі.

# УМІННЯ ДІЛИТИСЯ ЗНАННЯМИ



Я часто чую, що я зрозуміло  
пояснюю складні питання

# УМІННЯ МОТИВУВАТИ І НАДИХАТИ ІНШИХ

Я вмію стимулювати до дій  
людей довкола себе;  
я забезпечую те, що вони  
досягають кращих результатів



# УМІННЯ ПЕРЕКООНУВАТИ

Я вмію здобувати перевагу  
в дискусії, завдяки логічним  
аргументам і переконати інших  
у тому, що маю рацію

# УМІННЯ ДОСЯГАТИ КОМПРОМІСІВ



Я прагну до того, щоб завжди  
прийняти рішення, яке буде  
прийнятним для всіх

# УМІННЯ ПРАЦЮВАТИ ЗА ЧІТКИМИ ІНСТРУКЦІЯМИ

Я вмію дотримуватися  
встановлених процедур  
і правил, коли це необхідно

# ЕМПАТІЯ

Я вмію читати емоції інших людей і дивитися з їхньої перспективи

# СТІЙКІСТЬ У ПРАГНЕННІ ДО МЕТИ

Здатися? Це не про мене – я  
завжди стараюся реалізувати  
намічені плани, попри появу  
труднощів

# ГОТОВНІСТЬ НАВЧАТИСЯ І РОЗВИВАТИСЯ



Нові курси, навчання, тренінг?  
Я записуюся. Я завжди прагну  
розширити кваліфікацію  
і здобути нові знання та вміння

# УМІННЯ ПРЕЗЕНТУВАТИ

У мене немає хвилювання  
перед публічними виступами,  
і в мене це добре виходить

# АКТИВНЕ СЛУХАННЯ

Я уважно слухаю те, що мені кажуть інші. Я присвячую моїм співрозмовникам 100% уваги; вони завжди відчують, що вони є для мене важливими у даний момент.



# КРЕАТИВНІСТЬ

Моя голова аж кипить від ідей:  
придумувати інноваційні  
рішення – це моя сильна  
сторона.

# МУЛЬТИДИСЦИ- ПЛІНАРНІСТЬ

Я легко поєдную знання з різних галузей, щоб швидко й ефективно вирішувати проблеми, які виникають переді мною.

# УМІННЯ НАЛАГОДЖУВАТИ СТОСУНКИ

Я легко налагоджую нові  
знайомства. Я вмію зробити так,  
щоб мої знайомі відчували до  
мене симпатію і довіру.

# УМІННЯ СПОСТЕРІГАТИ

Я з інтересом спостерігаю за  
довколишньою дійсністю  
і часто помічаю те,  
чого інші не бачать.

# РЕТЕЛЬНІСТЬ

Якщо я за щось беруся,  
то роблю це дуже старанно,  
дбаючи про деталі.

# УМІННЯ РОБИТИ ВИСНОВКИ І АНАЛІТИЧНО МИСЛИТИ



Я стараюся на кожну проблему поглянути з різних точок зору перед тим, як прийняти рішення. З цією метою я звертаюся до джерел, які допомагають мені зрозуміти дане явище.

# УМІННЯ ДІЛИТИСЯ ЗВОРОТНОЮ ІНФОРМАЦІЄЮ

Якщо я критикую, то роблю це конструктивно, так, щоб друга сторона знала, які сфери потрібно покращити. Я оцінюю тільки поведінку, а не іншу людину.

# ПОЗИТИВНЕ МИСЛЕННЯ

Я вірю, що якщо я тільки  
постараюся, то можу багато  
чого досягти. Я несु добру  
енергію до людей, із якими  
я перебуваю.



# УМІННЯ ТРИМАТИ СЛОВО

Якщо я щось обіцяю комусь,  
то точно не підведу.  
Це питання честі.

# ВИСОКА ОСОБИСТА КУЛЬТУРА

Я вмію правильно вести себе у  
будь-якій ситуації і знаю норми  
культури поведінки. Мене  
вважають тактовною  
і ввічливою особою.

# АСЕРТИВНІСТЬ

Якщо я відчуваю, що хтось використовує мій час і м'які навички невідповідним чином, через що я почуваю себе некомфортно – я виступаю проти.

# ЛІДЕРСЬКІ НАВИЧКИ

Я стараюся створити таке  
робоче середовище, яке буде  
базуватися на довірі,  
що дозволить моїй команді  
реалізувати поставлені цілі.  
Інші люди зазвичай  
погоджуються робити те,  
що я їм кажу.

# УМІННЯ КОНЦЕНТРУВАТИСЯ

Я можу на 100% зосередитися на завданні, яке я виконую в даний момент. Я стежу, щоб у роботі мене не відволікали зовнішні чинники, напр., соціальні мережі.

# ГОТОВНІСТЬ ДОПОМАГАТИ

Я охоче допомагаю іншим  
людям, коли знаю, що у них  
є проблеми з виконанням свого  
завдання.

# ПУНКТУАЛЬНІСТЬ

Коли я з кимось домовляюся, то завжди приходжу вчасно, а свої завдання закінчую в узгоджений термін.

# ПРОАКТИВНІСТЬ ТА ІНІЦІАТИВНІСТЬ

Коли я бачу, що я можу зробити щось, що принесе користь моїй організації, то я готовий / готова це зробити, навіть якщо це не є моїм основним завданням.



# УМІННЯ СПРИЙМАТИ ЗВОРОТНУ ІНФОРМАЦІЮ

Коли хтось критикує результати моєї роботи, я не приймаю це на власний рахунок, бо я знаю, що він говорить про результат, який мені потрібно покращити, а не про мене особисто.