PRUEBA DE AUTOANÁLISIS

La tabla contiene afirmaciones. Marca aquellas con las que estás de acuerdo, haciendo una cruz debajo de la columna correspondiente al número detrás de la afirmación.

A menudo analizo mis sentimientos, pensamientos y acciones (1)	1	2	3	4
He iniciado varios emprendimientos en un grupo de amigos (3)				
He estado pensando en cómo pienso (1)				
Creo que puedo motivarme a mi mismo/a (1)				
Me considero un trabajador/a decidida (1)				
Creo que mis habilidades son desarrollables (1)				
De vez en cuando controlo mis pensamientos para mantenerlos positivos (1)				
Es interesante adquirir nuevos conocimientos (1)				
Pienso en diferentes formas de resolver problemas de comunicación (3)				
Puedo concentrarme en los textos durante mucho tiempo (1)				
Cuando me siento enfadado/a, puedo calmarme (1)				
Creo que hay muchas soluciones a los problemas (2)				
Tengo actividades planeadas para la próxima semana (4)				
Cuando noto un problema, primero defino cómo es un problema y solo luego pienso en una solución (2)				
Tengo el deseo y la voluntad de hacer y lograr algo profesionalmente, para convertirme en un maestro/a en mi campo (4)				
He generado ideas sobre cómo hacer que el cumpleaños de un amigo sea agradable para él (2)				
I mean, planning is thinking through activities and organizing them to achieve a desired goal (2)				
He creado y propuesto soluciones innovadoras basadas en mi conocimiento (2)				
De vez en cuando genero nuevas ideas para aplicar mis conocimientos profesionales (2)				
Normalmente termino lo que empiezo (1)				
He sido el iniciador de iniciativas en un grupo de amigos (3)				
Me han dicho que soy un buen comunicador/a (3)				
Contribuir a objetivos comunes en un equipo me motiva (3)				
Trato de notar las circunstancias favorables que surgen del entorno para implementar mis ideas (4)				
He construido nuevas relaciones con personas en mi campo (3)				
Mis gastos e ingresos mensuales están bajo mi control (4)				
Me doy cuenta y entiendo el valor de diferentes bienes y servicios (2)				
A veces visualizo mi futuro deseado (2)				
He creado un plan de acción estratégico paso a paso para lograr mi objetivo (4)				
Puedo trabajar solo/a, independientemente (1)				
Si he querido algo de alguien, lo he conseguido mediante negociación (3)				
Ha pasado que he visto lo que va a pasar (2)				

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El proyecto "IntegraCare" está cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto, como sus autores, y ni la Comisión Europea ni el Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí contenida.

He tomado riesgos y lidiado con la incertidumbre (1)				
Me gusta reconocer a los demás (3)				
Me preocupo por los sentimientos de los demás (3)				
Escucho las ideas de otras personas y pienso junto con ellas (3)				
He hecho planes para aplicar mis habilidades profesionales (4)				
En la práctica, en el trabajo, entiendo cuál es mi contribución a la creación de valores (culturales, sociales, financieros) (2)				
Puedo identificar problemas potenciales (4)				
Puedo describir el valor de diferentes soluciones (en un sentido cultural, social o financiero) (2)				
Diseño soluciones usando mi creatividad (2)				
Diseño soluciones innovadoras a problemas (2)				
He notado mi contribución como miembro del equipo en la creación de valor (3)				
He aprendido de mis errores (4)				
Creo que puedo manejar todo lo que la vida me depara (1)				
He iniciado comunicación con un extraño en un lugar público (3)				
He ofrecido mis ideas sobre cómo resolver los problemas (2)				
Yo mismo/a he decidido venir aquí a estudiar (4)				
Yo mismo/a soy responsable de mi éxito y fracaso académico (4)				
Puedo notar y regular mi tristeza (1)				
A veces me digo a mí mismo/a antes de responder a la otra persona: “¡Para! Todavía tenemos que pensar" (3)				
He analizado fracasos personales en mis estudios, sacado conclusiones de ellos y actuado para lograr mejores resultados (4)				
He organizado eventos (4)				
Me presenté a un empleador/a y me ofrecí para un trabajo (3)				
Normalmente me las arreglo para escribir un ensayo sobre un tema dado (2)				
Mi vida sigue mejorando (1)				
Creo que puedo encontrar el Museo del Helado en Singapur (4)				
Puedo enumerar al menos tres decisiones mías independientes que han cambiado mi vida (4)				
También he emprendido tareas que tardan más de tres años en completarse (4)				
Creo que puedo convencer a mi amigo para que venga al viaje conmigo (3)				

1 – Autogestión (15)
2 - Value-creating thinking and finding solutions (15)
3 – Resolver situaciones sociales (15)
4 – Implementación de ideas (15)

Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

El proyecto "IntegraCare" está cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto, como sus autores, y ni la Comisión Europea ni el Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí contenida.