



SKYRIUS Karjeros planavimas

TEMA Karjeros planavimas

## Motyvacijos įsivertinimas



Perskaityk duotus teiginius.  
Įvertink balais nuo 1 iki 4 kiekvieną teiginį: skaičius 1 reiškia niekada, 2 – retai, 3 – dažnai, 4 – labai dažnai.

1. Mano draugai mane įvertintų kaip nuoširdžiai besišavintį mėgstamais dalykais.

2. Aš visada pasiekiu užsibrėžtus tikslus.



3. Aš nebijau paprašyti pagalbos, kai man to reikia.



4. Atsiradus kliūtims, aš niekada nepasiduodu.



5. Aš niekada neskubu, visur suspėju laiku.

6. Manęs negąsdina, kad reikės daug mokytis, siekiant tikslo.



7. Aš mėgstu papildomą veiklą (būreliai, treniruotės...), susijusią su išsikeltais tikslais.



8. Aš domiuosi ir ieškau papildomos informacijos, susijusios su mėgstama veikla.



9. Atlikdamas kokią nors užduotį, aš visada stengiuosi atlikti ją kuo geriau.



10. Palyginti su kitais, turinčiais panašių į mano tikslus, man sekasi už juos geriau.



Balų suma:

Susumavus visus balus, jei suma lygi 10, tu tikrai nedegi noru pasiekti savo tikslą. Pagalvok, gal jis tau netinka, ir pabandyk paanalizuoti, koks tikslas tau tiktų labiau. Kuo tavo balų suma arčiau 40, tuo tavo noras pasiekti savo tikslą yra didesnis. Taip ir toliau!