**BILANCIO DI COMPETENZE**

**Formazione**

Esempi di domande da porsi per compilare la griglia sottostante:

• Da chi o da che cosa è stata determinata la scelta del mio percorso di studi?

• Quali erano le mie materie preferite?

• Prediligevo le materie letterarie o quelle scientifiche?

• Come riuscivo ad organizzare il mio studio?

• Preferivo studiare da solo/a o con qualcuno?

• Che cosa pensavano di me i miei docenti e i miei compagni?

• Posso affermare di possedere doti quali la serietà, la continuità, la tenacia oppure devo riconoscere di essere dispersivo/a, incostante?

• Quali sono gli interessi maturati durante gli studi e perché?

• Quali sono le conoscenze acquisite durante gli studi?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Studi compiuti** | **Competenze e****Abilità maturate** | **Punti forti** | **Punti deboli** | **Atteggiamento** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Esperienze professionali**

Esempi di domande da porsi per compilare la griglia:

a. Per quale motivo ho scelto di fare proprio questo lavoro e non un altro?

b. Ripensando alla mia tipica giornata di lavoro quale attività devo concretamente svolgere?

c. Nel mio lavoro quali sono i i successi e gli insuccessi?

d. Quali qualità mi sono state attribuite e quali critiche mi sono state rivolte?

e. Mi si addicono maggiormente mansioni di responsabilità oppure esecutive?

f. Quali capacità ho nell'adattarmi al contesto lavorativo?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Esperienze** | **Competenze richieste** | **Punti forti** | **Punti deboli** | **Atteggiamento** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Il mio livello di autostima**

Provare a ripensare ad una situazione di successo, ad una situazione di insuccesso e ad un'altra di parziale successo ed insuccesso nel lavoro di docente e provare ad analizzarle secondo i criteri della tabella sottostante.

**Situazioni di successo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Situazioni di successo** | **Risultati dipendevano essenzialmente da me** | **Risultati dipendevano parzialmente da cause esterne** | **Risultati dipendevano essenzialmente da cause esterne** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Situazioni di insuccesso**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Situazioni di insuccesso** | **Risultati dipendevano essenzialmente da me** | **Risultati dipendevano parzialmente da cause esterne** | **Risultati dipendevano essenzialmente da cause esterne** |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Situazioni di parziale successo e/o insuccesso**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Situazioni di parziale successo e/o insuccesso** | **Risultati dipendevano essenzialmente da me** | **Risultati dipendevano parzialmente da cause esterne** | **Risultati dipendevano essenzialmente da cause esterne** |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Questionario di autovalutazione**

|  |
| --- |
|  |
| A cosa attribuisco importanza nell’insegnamento? |
| Quali sono i miei obiettivi come insegnante? |
| Quali sono i miei punti di eccellenza e quali le aree in cui posso migliorare? |
| Quali sono i miei obiettivi di crescita professionale ? |
|  |
|  |
|  |

**Questionario di autovalutazione sulle modalità di fronteggiamento**

Le seguenti affermazioni descrivono come le persone si comportano o si sentono rispetto ad alcune situazioni critiche.

Leggere attentamente ogni affermazione e di segnare con una X la valutazione che si ritieei più precisa nel descriversi usando la scala riportata di seguito:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Affermazioni** | **Mai** | **Qualche volta** | **Sempre** |  |
| Quando ho un problema chiedo aiuto agli altri |  |  |  |  |
| Raccolgo tutte le informazioni possibili prima di prendere una decisione |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Quando ho un problema cerco di prendere in considerazione tutti i diversi modi di affrontarlo |  |  |  |
| Provo ad analizzare attentamente ogni problema che incontro |  |  |  |
| Prima di fare qualcosa di importante ascolto il parere degli altri |  |  |  |
| Prima di prendere una decisione provo ad immaginare i lati positivi e negativi |  |  |  |
| Se sono preoccupato/a cerco qualcuno con cui confrontarmi |  |  |  |
| Quando ho un problema cerco di immaginare i passaggi necessari per superarlo |  |  |  |
| Se ho dei dubbi su qualche cosa chiedo il parere ad altre persone |  |  |  |
| Quando ho molte decisioni da prendere decido, prima di fare qualsiasi cosa, quale è la più importante |  |  |  |
| Evito di stare solo/a quando ho dei problemi |  |  |  |
| Quando sono contrariato/a faccio in modo che gli altri sappiano come mi sento |  |  |  |

**Che cosa cerco nel lavoro?**

 leggere con attenzione ogni affermazione e di segnare con una X la valutazione che si ritiene più precisa nel descrivere le aspettative o i vincoli rispetto al lavoro, usando la scala riportata di seguito.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Valori** | **Importante** | **Poco importante** | **Molto importante** |  |
| Ambiente fisico: aule, spazi per docenti, supporti informativi |  |  |  |  |
| Ambiente umano: colleghi simpatici, giovani, clima collaborativi, altro |  |  |  |
| Disponibilità di tempo libero |  |  |  |
| Flessibilità dell'orario di lavoro |  |  |  |
| Sicurezza del posto di lavoro (non precarietà) cioè non rischio di licenziamento |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Creatività: possibilità di inventare, progettare, elaborare |  |  |  |
| Non ripetitività: possibilità di fare cose diverse fra loro, non di routine |  |  |  |
| Indipendenza: autonomia decisionale, possibilità di autogestirsi, non subordinazione |  |  |  |
| Livello di professionalità che richieda e valorizzi le conoscenze, abilità, attitudini |  |  |  |
| Altro |  |  |  |

**La competenza professionale**

È un insieme di elementi/dimensioni che concorrono all'efficacia di un comportamento professionale ed è finalizzata all'azione e si intreccia con la conoscenza delle situazioni e dei contesti.

Si divide in:

• **Competenze di base:** conoscenze, abilità, risorse personali non specifiche di un contenuto lavorativo, ma rilevanti per la formazione e la preparazione professionale della persona

• **Competenze tecnico/professionali:** conoscenze, abilità, risorse personali specifiche di una mansione lavorativa, che possono essere un contenuto teorico-tecnico o pratico-applicativo

• **Competenze trasversali:** conoscenze, abilità, risorse personali utili ai fini di un comportamento lavorativo e organizzativo efficace

Provare a creare un incrocio tra quelle che sono le competenze di base, tecnico professionali, le competenze trasversali, gli atteggiamenti in cui le proprie priorità professionali potrebbero ben collocarsi.

Tenendo conto dei tre valori ai quali si è attribuito l'importanza maggiore, cercare ora di riassumere ciò che si attende desidera dalla propria esperienza di lavoro.

Indica quali sono i vincoli (ciò che non si può fare ) e i tuoi rifiuti (ciò che non si vuole fare) rispetto all’ esperienza di lavoro.

|  |  |
| --- | --- |
| **Competenze di base** | …................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |
| **Competenze tecnico-professionali** | …................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |
| **Competenze trasversali** | …................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |
| **I miei vincoli**(ciò che non posso fare) | …................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |
| **I miei rifiuti**(ciò che non voglio o non vorrei fare) | …................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................... |