

Competencia/ destreza	¿Qué importancia tienen estas destrezas para conseguir un empleo?	¿En qué medida demuestro estas destrezas en el momento?	Feedback nº 1 de	Feedback nº 2 de	Feedback nº 3 de	¿Sobre cuales voy a trabajar?	¿Hasta qué punto he adquirido todas estas destrezas después de trabajar en ellas?	¿He alcanzado mi objetivo en lo referente a la competencia / destreza? Mi opinión
Actitud positiva	1 2 3 4 5*	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Destrezas de comunicación	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Resolución de problemas	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Flexibilidad	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Trabajar bajo presión	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Aprender a aprender	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Disciplina	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Trabajo en equipo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Responsabilidad	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Gestión del tiempo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
.....**	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
..... **	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Redes de contactos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Redacción de CV	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	
Habilidades de cara a entrevista	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	0	1 2 3 4 5	

* Por favor, marque con un círculo la puntuación de esta competencia o destreza, 1 = poco / 5 = mucho
Puede encontrar ejemplos en el reverso

** elija otra(s) competencia(s)

3: Una puntuación inferior a 3 sería considerada insuficiente para el mundo laboral (Informe PIAAC - <http://www.oecd.org/piaac-es/>)

Encontrar y manejar información

Manejar multiples tareas

Criterio/Discreción

Capacidad de crear redes de contacto

Iniciativa

Actitud de Emprendimiento

Creatividad

Puntualidad

Capacidad de encontrar y manejar infomación

Mantenerse actualizado

Concentrarse en el cliente

Independencia

Asertividad

Liderazgo

Conocimiento de nuevos medios

Responsabilidad

Consecución de resultados

Seguir procedimientos

Planificación

Eficacia

