

ACTIVEREND WERK

Competentielijst

Persoonlijke gegevens

Naam	
Roepnaam	
Geboortedatum	
Betrokken consulent cAW	

Onderstaande lijst bestaat uit een aantal uitspraken. Ze gaan over jouw kwaliteiten, eigenschappen en gedrag. Ga in elke regel na in hoeverre iedere uitspraak voor jou geldt. Kruis aan hoe sterk je jezelf herkent op een schaal van 1 tot en met 5.

- 1 Dit geldt nooit voor mij
- 2 Dit geldt meestal niet voor mij
- 3 Dit geldt soms voor mij
- 4 Dit geldt meestal wel voor mij
- 5 Dit geldt altijd voor mij

Persoonlijke gegevens

Communicatie en Sociale vaardigheden	niet	neutraal			wel
Spreeken	1	2	3	4	5
Ik spreek voor anderen duidelijk verstaanbaar Nederlands					
Ik kan mij duidelijk uitdrukken in een gesprek					
Ik toon interesse in anderen					
Contact met anderen	1	2	3	4	5
Ik maak gemakkelijk contact met anderen					
Ik kan luisteren naar anderen					
Ik kan met klanten omgaan					
Ik kan met collega's omgaan					
Samenwerken	1	2	3	4	5
Ik kan samen met anderen aan een opdracht werken					
Ik houd rekening met anderen op mijn werk					
Ik kan mijn gedrag aanpassen aan de ander					
Assertiviteit / voor mezelf opkomen	1	2	3	4	5
Ik durf mijn mening te geven					
Ik durf te vertellen wat ik wil vertellen					
Ik durf nee te zeggen					
Ik weet wanneer ik hulp moet vragen					

Uitspraken

	niet		neutraal		wel
Omgaan met kritiek	1	2	3	4	5
Ik durf mijn fouten toe te geven					
Ik kan tegen kritiek					
Ik probeer dingen te verbeteren als ik kritiek krijg					
Ik word onzeker als ik kritiek krijg					

Persoonlijk gedrag	niet		neutraal		wel
Motivatie	1	2	3	4	5
Ik werk met plezier					
Ik neem opdrachten/taken serieus					
Ik heb belangstelling voor het werk					
Zelfinzicht	1	2	3	4	5
Ik ken mijn eigen sterke en zwakke punten					
Ik heb door welke invloed mijn gedrag op anderen heeft					
Leervermogen	1	2	3	4	5
Ik vergeet dingen in mijn werk die ik lang niet heb gedaan					
Ik kan meerdere opdrachten onthouden					
Ik leer het beste als iemand de opdracht voor doet					
Ik onthoud nieuwe informatie snel					
Ik leer van mijn fouten					
Persoonlijke presentatie / hygiëne	1	2	3	4	5
Ik heb goede manieren					
Ik kom verzorgd op mijn werk					

Werkhouding	niet		neutraal		wel
Inzet en doorzettingsvermogen	1	2	3	4	5
Ik werk door, ook als ik het werk niet leuk vind					
Ik ben een harde werker					
Begeleiding bij het werk	1	2	3	4	5
Ik kan na instructie de opdracht zelfstandig uitvoeren					
Begeleiding mag op afroep elders op de werkplek aanwezig zijn					
Begeleiding moet in de directe omgeving aanwezig zijn					
Begeleiding kan door wisselende collega's gegeven worden					
Begeleiding kan alleen door één en dezelfde persoon gegeven worden					
Ik heb continu begeleiding nodig					

Uitspraken

	niet		neutraal		wel
Omgaan met leiding	1	2	3	4	5
Ik sta open voor instructies en aanwijzingen van de leiding					
Ik stel mij correct op tegenover mijn leidinggevende					
Ik voer de opdrachten uit zoals afgesproken					
Nakomen van afspraken	1	2	3	4	5
Ik houd me aan werk- en pauzetijden					
Ik ben altijd op tijd					
Ik houd me aan afspraken					
Anderen moeten mij soms helpen herinneren aan afspraken					
Flexibiliteit	1	2	3	4	5
Ik kan goed met verandering omgaan					
Ik kan gemakkelijk schakelen tussen taken					
Ik pas mij gemakkelijk aan in nieuwe situaties					
Ik vind het fijn om telkens nieuwe dingen te moeten doen					
Ik voel me prettig als dingen anders lopen dan gepland					
Stressbestendigheid	1	2	3	4	5
Ik ben snel zenuwachtig en gespannen					
Ik blijf bij tijdsdruk kalm en rustig					
Ik kan goed omgaan met teleurstellingen en tegenslag					

Werkaanpak	niet		neutraal		wel
Initiatief	1	2	3	4	5
Ik toon initiatief en wacht niet af					
Ik vraag uit mijzelf om informatie of nieuwe opdracht					
Netjes en veilig werken	1	2	3	4	5
Ik werk netjes en nauwkeurig					
Ik hou mijn werkplek schoon en opgeruimd					
Ik ben voorzichtig met gereedschap, materialen					
Concentratie	1	2	3	4	5
Ik houd mijn aandacht bij het werk en laat me niet afleiden door wat er om me heen gebeurt					
Ik kan maar korte tijd (30 min.) bezig zijn met hetzelfde werk					
Ik kan langer dan een uur mijn aandacht richten op het werk zonder onderbrekingen					
Ik maak soms fouten doordat ik afgeleid ben					

Uitspraken

	niet		neutraal		wel
Werktempo	1	2	3	4	5
Ik heb een goed werktempo					
Ik verzet veel werk					
Ik kan lang doorwerken					
Ik wil in mijn eigen tempo kunnen werken					
Problemen oplossen	1	2	3	4	5
Ik herken problemen in mijn werk en kan ze zelf oplossen					
Ik ben creatief in het bedenken van oplossingen					
Ik heb voorbeelden nodig om problemen op te lossen					
Ik heb hulp nodig bij het oplossen van problemen					
Kwaliteitsbewust	1	2	3	4	5
Ik volg werkinstructies op					
Ik controleer mijn eigen werk of laat het controleren					
Ik denk na of ik mijn werk beter kan doen					

Vaardigheden	niet		neutraal		wel
Lezen	1	2	3	4	5
Ik kan de krant lezen					
Ik kan de ondertitels op TV volgen					
Ik kan een geschreven opdracht lezen en uitvoeren					
Schrijven	1	2	3	4	5
Ik kan aantekeningen maken					
Ik kan zonder taalfouten schrijven					
Ik kan zelf een eenvoudig boodschap of notitie schrijven					
Rekenen	1	2	3	4	5
Ik kan uit het hoofd rekenen					
Ik weet hoeveel geld ik terug moet krijgen bij het afrekenen					
Computervaardigheden	1	2	3	4	5
Ik kan mail versturen					
Ik kan een brief in Word opmaken					
Ik kan omgaan met social media (facebook)					
Ik heb zelf een computer					

Je kunt dit formulier nu opslaan en later toevoegen als bijlage.