Co-funded by
the European Union

Vprašalnik o življenjskih veščinah

Namen tega vprašalnika je, da iskreno in poglobljeno razmislite o svojih življenjskih veščinah in praksah.
Na vsako trditev odgovorite z znakom "X" v enem od okencev, ki je najbližje vašemu mnenju.
Zavedajte se, da ni napačnih odgovorov.
Prosimo vas, da odgovorite na naslednja vprašanja.

1	Državljanstvo	O slovensko O Drugo .....
2	Starost	..... let
3	Posebne izobraževalne potrebe	O Da O Ne

	IZJAVE	Nikoli	Redko	Občasno	Včasih	Pogosto	Ponavadi	Vsak dan
1	Ko imam težavo, najprej natančno ugotovim, v čem je težava.							
2	Drugim pokažem, da jih aktivno poslušam.							
3	Znam preoblikovati stare stvari in jim dati novo obliko.							
4	Skrbim za svoje dobro počutje.							
5	Kadar v življenju čutim veliko stresa, poiščem načine za izražanje in sproščanje čustev (pisanje, igranje glasbe, slikanje itd.).							
6	Uživam v raziskovanju različnih pogledov na problem, izziv ali proces.							
7	S tonom glasu poudarjam, kar želim povedati.							
8	Rad_a delam umetniška dela, pri katerih lahko uporabim svojo domišljijo.							
9	Sposoben_a sem ohraniti pozitiven odnos do sebe (v pozitivnih/negativnih okoliščinah).							
10	Sposoben_a sem zmanjšati svoj stres.							
11	Takoj po ugotovitvi težave začnem delovati.							
12	Uporabljam primerne besede.							
13	Preden najdem najboljšo rešitev, uporabim brainstorming.							
14	Poznam svoje šibkosti.							
15	Večinoma imam nadzor nad vsako situacijo.							
16	Sem dober mediator.							
17	Vem, kdaj poslušati in kdaj govoriti.							
18	Z veseljem se učim iz novih izkušenj.							
19	Poznam svoje prednosti.							
20	Jezim se na stvari, na katere nimam vpliva.							

	IZJAVE	Nikoli	Redko	Občasno	Včasih	Pogosto	Ponavadi	Vsak dan
21	Prijatelji me ponavadi prosijo za pomoč, če morajo rešiti težavo.							
22	Pogosto me napačno razumejo.							
23	Pripravljen sem opravljati nove vrste nalog.							
24	Zdi se mi, da lahko jasno izrazim, kaj potrebujem.							
25	Ko se pojavi stres, poiščem čustveno podporo pri drugih.							
26	Ko razmišljam o določeni zadevi, primerjam več idej.							
27	Menim, da moram pri pomembnih odločitvah oceniti posledice za prihodnost.							
28	Sposoben_a sem spodbuditi druge.							
29	Zlahka začutim čustva drugih.							
30	Pozoren sem na to, kako se počutim.							
31	Svoje zamisli razvijam z zbiranjem informacij.							
32	Preden se odločim, si vzamem dovolj časa za premislek.							
33	Upam si prositi druge za pomoč.							
34	Vidim/prepoznam, kako se počutijo drugi.							
35	Pozoren_a sem na to, kaj čutim.							
36	Preden ukrepam, preučim (razmislim) o različnih možnostih za rezultate.							
37	Ne odločam se na podlagi tega, kar mi govorijo drugi.							
38	Najraje delam v skupini.							
39	Ne sodim drugih.							
40	Svoje vedenje zlahka prilagodim različnim življenjskim okoliščinam (v družini, med prijatelji itd.).							
41	Želim vedeti, od kod izvirajo informacije.							
42	Mislim, da je intuicija dovolj za pravilno odločitev.							
43	Z vrstniki delim svoje skrbi, ideje in mnenja.							
44	Rad-a pomagam drugim.							
45	Ko sem razburjen, zaznam svoja čustva.							
46	Ko preberem novico, ki se mi zdi nedosledna, preverim avtorja.							
47	Odločitve sprejemam hitro, ne da bi o njih veliko razmišljal-a.							
48	Mislim, da imam stabilen odnos z drugimi.							
49	Navdušen-a sem, ko so navdušeni drugi.							
50	Izražam zahvalo, kadar drugi naredijo nekaj dobrega.							

Najlepša hvala za sodelovanje.