



„Rozpoznawanie predyspozycji zawodowych i zainteresowań - życiowym drogowskazem dla młodzieży”

# TEST TKK - A TWÓJ KAPITAŁ KARIERY CZY WIERZYSZ W SIEBIE?

## KLASA II



# TKK TWÓJ KAPITAŁ KARIERY TKK - A

## Czy wierzysz w siebie?<sup>1</sup> - klasa II

### Instrukcja

Biorąc udział w tej części badania, możesz sprawdzić, w jakim stopniu jesteś przekonany/a, że sam/a decydujesz o sobie. Wiara w siebie, pomimo różnych trudności, ma duże znaczenie w pracy zawodowej i wpływa na poczucie satysfakcji z własnej kariery.

W tabeli znajduje się 11 pytań. Pod każdym pytaniem masz 2 możliwe odpowiedzi: a i b. Z każdej pary wybierz i zaznacz tylko jedną odpowiedź, która jest Ci najbliższa (a lub b).

Pamiętaj, że nie ma odpowiedzi dobrych czy złych!

<b>1. Twoja klasa bierze udział w międzyszkolnych zawodach sportowych:</b>	
<b>a</b>	<i>Mimo problemów ze zdrowiem bierzesz udział w niektórych konkurencjach.</i>
<b>b</b>	<i>Nie startujesz ze względu na swój stan zdrowia.</i>
<b>2. Gdy otrzymujesz dobrą ocenę, to myślisz zwykle:</b>	
<b>a</b>	<i>„To dlatego, że byłem/am dobrze przygotowany/a”.</i>
<b>b</b>	<i>„To dlatego, że nauczyciel wziął pod uwagę moją sytuację, np. stan zdrowia”.</i>
<b>3. Gdy ktoś jest na Ciebie zły, np. kolega albo koleżanka ze szkoły, to myślisz, że:</b>	
<b>a</b>	<i>„Pewnie za jakiś czas mu/jej przejdzie”.</i>
<b>b</b>	<i>„Po prostu mnie nie lubi i raczej nic tego nie zmieni”.</i>
<b>4. Kiedy wygrasz w jakąś grę, to najczęściej myślisz:</b>	
<b>a</b>	<i>„Dużo ćwiczylem/am i to przyniosło efekt”.</i>
<b>b</b>	<i>„Udało mi się”.</i>
<b>5. Jak coś Ci się nie udaje, to myślisz:</b>	
<b>a</b>	<i>„Tak się zdarza czasami – przecież nie może zawsze się udawać”.</i>
<b>b</b>	<i>„Mam pecha - jak ma się coś nie udać, to właśnie mnie”.</i>

<sup>1</sup> Metoda została opracowana w oparciu o Kwestionariusz KBPK G. Krasowicz, A. Kurzyp-Wojnarskiej

<b>6. Jeżeli zapomniałeś/łaś wziąć do szkoły zeszytu z zadaniem, które bardzo dobrze napisałeś/łaś, jaka myśl przychodzi Ci do głowy:</b>	
<b>a</b>	<i>„Raz na jakiś czas może się tak zdarzyć – to normalne”.</i>
<b>b</b>	<i>„Oczywiście, że mnie się to przytrafia - jak zwykle”.</i>
<b>7. W wolnym czasie zwykle robisz:</b>	
<b>a</b>	<i>To, co wcześniej zaplanowałeś/łaś.</i>
<b>b</b>	<i>To, co akurat się zdarzy.</i>
<b>8. Jeżeli Ci się nie udaje w kilku sprawach pod rząd – myślisz.</b>	
<b>a</b>	<i>„Muszę coś z tym zrobić”.</i>
<b>b</b>	<i>„Nic się nie da zrobić - trzeba przeczekać”.</i>
<b>9. Jeżeli ktoś uważa, że nie można na Tobie polegać, wówczas:</b>	
<b>a</b>	<i>Starasz się go przekonać, że nie ma racji.</i>
<b>b</b>	<i>Uważasz, że jak tak twierdzi to jego sprawa i nie będziesz nic z tym robił/a.</i>
<b>10. Według Ciebie, żeby dobrze sobie radzić w życiu, nawet gdy ma się różne problemy (np. związane ze zdrowiem), należy przede wszystkim:</b>	
<b>a</b>	<i>Samemu się postarać.</i>
<b>b</b>	<i>Mieć szczęście albo liczyć na korzystny zbieg okoliczności.</i>
<b>11. Jeśli nauczyciel sądzi, że sobie nie poradzisz z jakimś zadaniem - wtedy:</b>	
<b>a</b>	<i>Robisz to zadanie, potem idziesz do nauczyciela, żeby mu pokazać, iż dałeś/łaś sobie radę.</i>
<b>b</b>	<i>Nie próbujesz nawet zabierać się za to zadanie, bo to i tak nie zmieni opinii nauczyciela na Twój temat.</i>

**Oblicz ile masz odpowiedzi odpowiednio: a i b i wpisz poniżej:**

**a**.....

**b**.....

