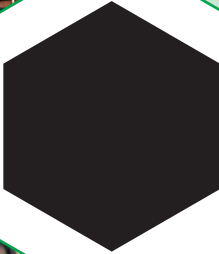
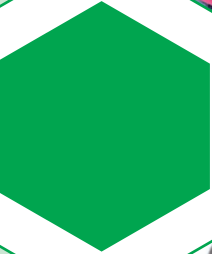
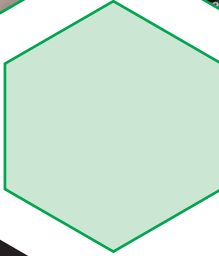


**Dolnośląski
Wojewódzki
Urząd Pracy**



**Centra Informacji
i Planowania Kariery
Zawodowej**

Testy psychologiczne w poradnictwie zawodowym część I

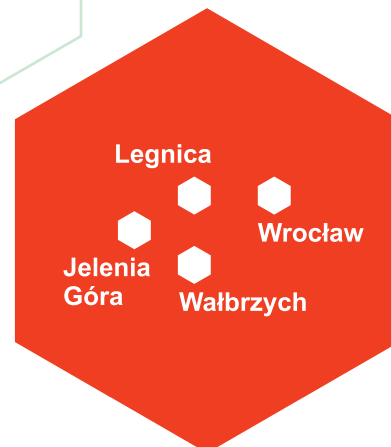
Inspirujemy do działania



Dolnośląski
Wojewódzki
Urząd Pracy

Centra Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

Testy
psychologiczne
w poradnictwie
zawodowym
część I



ciipkz.dwup.pl

Test psychologiczny – co to jest?

Testy psychologiczne to narzędzia służące do diagnozy psychologicznej. Mają za zadanie określać wybrane właściwości psychologiczne i mechanizmy funkcjonowania jednostki. Testy są dostępne w różnych formach, najpopularniejszą postacią testu są listy zawierające od kilkunastu do kilkudziesięciu pytań z odpowiedziami "tak" lub "nie" oraz formy obrazkowe.

Klasycznie testy psychologiczne przeprowadzane są w formie papierowej, natomiast coraz częściej badania przeprowadza się również online korzystając z platform internetowych.

Dzięki testom psychologicznym możemy uzyskać informacje, które pozwolą:

- Lepiej poznać i zrozumieć siebie
- Potwierdzić mocne strony i wskazać obszary rozwojowe
- Zweryfikować predyspozycje
- Trafnie dopasować stanowisko pracy i ścieżkę kariery zawodowej
- Dobrać odpowiednie narzędzia motywacyjne

Czym musi się charakteryzować test psychologiczny?

Testy psychologiczne, które są używane przez profesjonalistów, muszą spełniać określone warunki. Wymagania stawiane testom służą temu, aby możliwe było określenie badanych parametrów, jak również ich porównywanie na tle populacji. Profesjonalny test psychologiczny powinien być: wystandaryzowany

- znormalizowany
- trafny
- rzetelny
- obiektywny

UZDOLNIENIA: INTELIGENCJA

Inteligencję rozumiemy jako zdolność do postrzegania, analizy i adaptacji do zmian otoczenia. Jest to zdolność rozumienia, uczenia się oraz wykorzystywania posiadanej wiedzy i umiejętności w różnych sytuacjach. Inteligencja jest cechą umysłu warunkującą sprawność czynności poznawczych. Poziom inteligencji zależy od czynników genetycznych i środowiskowych.

Poziom funkcjonowania intelektualnego najczęściej określany jest w oparciu

o iloraz inteligencji IQ, obliczanego jako stosunek (iloraz) wieku umysłowego (ustalanego na podstawie wykonania testu inteligencji) do rzeczywistego wieku życia.

Testy mierzące wrodzone lub nabyte predyspozycje w zakresie funkcjonowania poznawczego mogą również mówić o predyspozycjach szkolnych lub ogólnie o zdolnościach do szybkiego uczenia się.

APIS-P, APIS-Z

Testy służą do mierzenia inteligencji ogólnej opartej na badaniu czterech typów zdolności: abstrakcyjno-logicznych, werbalnych, wzrokowo-przestrzennych i społecznych.

Test Matryc Ravena

Test wykorzystywany do pomiaru ogólnego czynnika inteligencji, tzw. czynnika g. Wykonany w formie graficznej.

Test Wechslera WAIS – R

Test pozwala ocenić ogólny poziom inteligencji i dostarcza informacji o silnych i słabych stronach osoby badanej.

UZDOLNIENIA: KREATYWNOŚĆ

Kreatywność proces umysłowy pociągający za sobą powstawanie nowych idei, koncepcji, lub nowych skojarzeń, powiązań z istniejącymi już ideami i koncepcjami. Myślenie kreatywne, to myślenie prowadzące do uzyskania oryginalnych i stosownych rozwiązań. W codziennym funkcjonowaniu kreatywność przekłada się na zdolność tworzenia czegoś nowego.

Złożoność procesu, jakim jest kreatywność przekłada się na różnorodne definiowanie tego zjawiska, co wpływa na trudność ze standaryzowaniem pomiaru.

Rysunkowy test twórczego myślenia TCT-DP

Test służy do badania poziomu twórczego myślenia

INTELIGENCJA EMOCJONALNA

Inteligencją emocjonalną określamy zdolność rozpoznawania własnych uczuć oraz uczuć innych, umiejętność motywowania się i kierowania emocjami zarówno własnymi, jak i innych osób z którymi osoba wchodzi w relację. Na inteligencję emocjonalną składają się kompetencje emocjonalne

i społeczne. Są to: samoświadomość, samoregulacja, empatia, umiejętności społeczne. Inteligencja emocjonalna ma duży wpływ na to, jak wykorzystujemy swoją wiedzę i umiejętności. Może być wyznacznikiem osiągnięć akademickich i zawodowych.

Kwestionariusz Kompetencji Społecznych KKS

Test służący do oceny kompetencji społecznych rozumianych jako nabyte umiejętności warunkujące efektywność funkcjonowania człowieka w różnych sytuacjach społecznych.

Kwestionariusz Inteligencji Emocjonalnej INTE

Kwestionariusz służy do pomiaru inteligencji emocjonalnej, rozumianej jako zdolność do rozpoznawania, rozumienia i kontrolowania własnych oraz cudzych emocji, a także zdolność do efektywnego wykorzystywania emocji w kierowaniu własnym oraz cudzym działaniem.

OSOBOWOŚĆ

Osobowość człowieka to ogół unikalnych cech psychicznych, które we względnie stały sposób wpływają na reagowanie jednostki na środowisko społeczno-przyrodnicze, a także na sposób wchodzenia z nim w interakcje. Najbardziej stałą, wrodzoną cechą jest temperament.

Osobowość jest jedynym z wyznaczników działania – oprócz niej na działanie człowieka wpływa również jego doraźny stan fizyczny i psychiczny, emocje, stopień przygotowania do danego działania.

Kwestionariusz Osobowości Eysencka EPQ-R

Kwestionariusz do celów diagnozy podstawowych wymiarów osobowości.

Inwentarz Osobowości NEO-FFI

Kwestionariusz do diagnozy cech osobowości wg modelu Wielkiej Piątki.

Inwentarz Osobowości NEO-PI-R

W stosunku do Testu NEO-FFI pozwala na pogłębiony opis osobowości w uwzględnieniu podskal tworzących główne wymiary modelu Wielkiej Piątki.

Człowiek w Pracy CwP

Test przydatny do celów selekcji zawodowej i alokacji już zatrudnionych pracowników.

Wielowymiarowy Kwestionariusz Samooceny MSEI

Kwestionariusz może być stosowany w diagnozie indywidualnej uwzględniającej nie tylko ocenę wyniku na tle innych osób, lecz także analizę wewnętrznego zróżnicowania samooceny.

Inwentarz Stanu i Cechy Lęku ISCL/STAI

Stosuje się go w badaniach w diagnozach indywidualnych. Wyniki mogą być również przydatne do rejestrowania zmian nasilenia lęku.

Kwestionariusz do badania poczucia kontroli KBPK

Test wykorzystywany w celach badawczych, a także jako pomoc w określeniu zmiennych osobowościowych - poczucia kontroli następstw zachowania.

Bochumski Inwentarz Osobowościowych wyznaczników Pracy BIP

BIP może być wykorzystywany w procesach selekcyjnych, w procesach rozwojowych i coachingu, w doradztwie zawodowym oraz w badaniach kompetencji kadry kierowniczej.

Inwentarz Motywacji Osiągnięć LMI

Narzędzie przydatne w doradztwie zawodowym i selekcji zawodowej, przy podejmowaniu decyzji o alokacji pracowników, prognozowaniu rozwoju i awansu zawodowego, a także do celów badań naukowych.

Minnesocki Wielowymiarowy Inwentarz Osobowości MMPI-2

MMPI®-2 stosuje się przede wszystkim w diagnozie klinicznej. Znajduje on również zastosowanie w obszarach nieklinicznych (przesiewowe badania kandydatów do pracy, rekrutacja na studia, pobór wojskowy).

Kwestionariusz wypalenia zawodowego Link LBQ

Kwestionariusz do diagnozowania grup, zespołów pracowniczych i organizacji; może być również przydatny przy planowaniu zmian i interwencji w organizacji.

GSES- Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności: Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia:

Mierzy siłę ogólnego przekonania jednostki o skuteczności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami i przeszkodami.

KompOs – Skala Kompetencji Osobistej: Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia:

Skala mierzy uogólnione poczucie własnej skuteczności, znajduje zastosowanie w badaniu pod kątem badania wyznaczników dotyczących radzenia sobie z trudnościami i skuteczności w działaniu.

SWLS – Skala Satysfakcji z Życia: Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia:

Skala jest narzędziem do pomiaru satysfakcji życiowej. Test wykorzystywany w profilaktyce i ochronie zdrowia.

KNS Kwestionariusz Nadziei na Sukces

Kwestionariusz może być wykorzystywany do prognozowania łatwości adaptacji do środowiska i do nowych wyzwań.

SES Skala Samooceny Rosenberga

Skala Samooceny SES jest rekomendowana dla potrzeb diagnozy indywidualnej. Może być przydatna do oceny zachodzących zmian w poziomie samooceny.

OSOBOWOŚĆ: TEMPERAMENT

Temperament to zespół wrodzonych cech psychicznych człowieka określający sposób reagowania na doświadczane bodźce. Temperament ujawnia się w na wczesnym etapie życia człowieka i pozwala przewidzieć jego poziom aktywności, sposób zachowania i wyrażania emocji. Testy temperamentalne mają zastosowanie w poradnictwie zawodowym do celów selekcyjnych, pozwalają na prognozowanie funkcjonowania w sytuacjach trudnych oraz adaptację do wymagań szkolnych i zawodowych.

Kwestionariusz Temperamentu PTS

Kwestionariusz pozwala na prognozowanie funkcjonowania badanych w sytuacjach trudnych.

Formalna Charakterystyka Zachowań – Kwestionariusz Temperamentu FCZ-KT

Kwestionariusz do diagnozy podstawowych, biologicznie zdeterminowanych wymiarów osobowości, opisujących formalne aspekty zachowania.

STRES

Nieodłącznym towarzyszem życia człowieka jest stan napięcia psychicznego, nazywany popularnie stresem. Jest to zjawisko powszechne. Obecnie jednak lepiej rozumiemy związek pomiędzy poziomem stresu a jakością życia człowieka. Wiele badań potwierdza wpływ odczuwanego napięcia nie tylko na komfort psychiczny, ale również na zdrowie fizyczne. Stąd wynika potrzeba podejmowania działań zmierzających do optymalizacji poziomu stresu w naszym życiu i zapobieganiu negatywnym skutkom przeciążenia.

Kwestionariusz Poczucia Stresu

Kwestionariusz ma zastosowanie do oceny poziom napięcia emocjonalnego.

CISS Kwestionariusz radzenia sobie w sytuacjach stresowych

Test wykorzystywany do celów praktycznych, na przykład jako narzędzie w badaniach kwalifikacyjnych na określone stanowiska pracy (policjanci, strażacy, wojskowi, kierowcy), czy w badaniach osób ubiegających się o zezwolenie na posiadanie broni.

TESTY NEUROPSYCHOLOGICZNE

Neuropsychologia jest dziedziną z pogranicza psychologii klinicznej, neurologii i psychiatrii, zajmuje się diagnozą uszkodzeń mózgu. Stosowane testy pozwalają wykrywać i zlokalizować te uszkodzenia oraz ocenić m.in. poziom funkcjonowania procesów poznawczych, funkcje językowe, pamięci, uwagi, myślenia, uczenia się, funkcje wzrokowo - przestrzenne. Badania te skierowane są do pacjentów z chorobami neurologicznymi oraz osób, które odczuwają pogorszenie funkcjonowania pamięci, planowania działania, orientacji przestrzennej itp. Badanie testowe może być przeprowadzone tylko przez psychologów.

Test Pamięci wzrokowej Bentona

W doradztwie zawodowym może być przydatnym narzędziem wspierającym osoby niepełnosprawne, planujące rozpocząć swoją aktywność zawodową, bądź zmuszone (poprzez chorobę) do zmiany swojej dotychczasowej aktywności.

KWESTIONARIUSZE ZAINTERESOWAŃ I PREFERENCJI ZAWODOWYCH

Zainteresowania i preferencje zawodowe, kształtujące się na bazie wrodzonych uzdolnień i cech psychicznych, to kluczowe pojęcia dla psychologii wyboru ścieżki edukacyjnej, czy kierunku rozwoju zawodowego. Narzędzia, szeroko stosowane w poradnictwie zawodowym, pozwalają oszacować potencjał tkwiący w każdym człowieku w odniesieniu do zainteresowań określonymi obszarami aktywności jednostki oraz preferowanych sposobów i rodzajów działalności zawodowej. Kwestionariusze temu służące zostały stworzone na bazie m.in. koncepcji rozwoju kariery zawodowej D. Supera, koncepcji wyboru zawodu J. Hollanda, czy teorii L. Gottfredson.

Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych KZZ

KZZ jest narzędziem do diagnozy zainteresowań zawodowych, przydatności zawodowej oraz potencjalnych możliwości rozwoju zawodowego. Diagnoza uzyskana w KZZ ma pomóc osobom badanym w podejmowaniu adekwatnych decyzji edukacyjnych i zawodowych - pozwala określić odpowiednie dla osoby badanej obszary aktywności zawodowej.

Wielowymiarowy Kwestionariusz Preferencji WKP

WKP jest przydatnym narzędziem w procesie planowania ścieżki edukacyjnej, kariery zawodowej, kierunku odpowiedniej aktywności zawodowej, zamiarze przekwalifikowania zawodowego. Dodatkowo pozwala określić preferowane przez osobę badaną warunki pracy.

Wieloaspektowa Ocena Preferencji Zawodowych WOPZ

WOPZ jest wystandaryzowanym narzędziem diagnostycznym. Służy do oceny preferencji zawodowych oraz wartości zawodowych ważnych dla człowieka i jest pomocna w planowaniu ścieżki edukacyjnej, kariery zawodowej, w poszukiwaniu odpowiedniej pracy, w przekwalifikowaniu zawodowym.

BBT- Obrazkowy Test Zawodów m. Achtnicha

Obrazkowy Test Zawodów to projekcyjna metoda wyjaśniająca skłonności zawodowe człowieka, oparta na koncepcji L. Szondiego. Test BBT ma wymiar diagnostyczny i daje możliwość oceny skłonności/upodobań zawodowych osoby badanej oraz wglądu we własne „ja zawodowe”. Jest pomocne w procesie ukierunkowania zawodowego i planowania rozwoju zawodowego.

Test osobowości i zainteresowań

Test O i Z przeznaczony jest do diagnostyki cech osobowości i zainteresowań młodzieży. Informacje uzyskane na podstawie tej metody mogą być pomocne

w procesie planowania kierunku dalszej edukacji oraz ścieżki kariery zawodowej.

Kwestionariusz Uzdolnień Przedsiębiorczych KUP- wersja MPP

KUP służy do badania uzdolnień przedsiębiorczych u młodzieży szkół ponadpodstawowych oraz młodych osób poszukujących pracy.

WARTOŚCI

Człowiek jako istota świadoma i refleksyjna konstruuje unikatowy system znaczeń osobistych. Gromadząc różnego rodzaju doświadczenia wartościuje je, nadaje im określony sens i porządkuje je w pewną całość. W skrócie można powiedzieć, że każdy z nas tworzy osobisty system wartości. Dzięki niemu orientujemy się w otaczającej nas rzeczywistości. Dokonujemy oceny następujących zjawisk jako ważne lub nie. Wartościmy je w sferze uczuć jako emocjonalnie pozytywne, negatywne lub ambiwalentne.

RVS Skala Wartości M. Rokeacha

Kwestionariusz ma zastosowanie przede wszystkim do celów badawczych oraz w celu samopoznania. Pozwala określić system przekonań centralnych i peryferyjnych - a co za tym idzie ująć obrazowo system wartości jednostki.

Metoda Konfrontacji ze sobą H.Hermansa

Jest to metoda psychoterapeutyczna, ale może być stosowana do celów badawczych i diagnostycznych. Najbardziej typowym zastosowaniem Metody Konfrontacji ze Sobą jest wykorzystanie jej w poradnictwie dla osób przeżywających trudności i problemy, kryzysy tożsamości, konflikty z innymi lub poważne trudności decyzyjne.

**Poznanie siebie jest gwarancją
odpowiedniego wyboru ścieżki zawodowej.**



**Czekamy na Ciebie
od poniedziałku do piątku
w godz. 7.30-15.30**

CLiPKZ w Jeleniej Górze

ul. 1 Maja 27
58-500 Jelenia Góra
Tel. 75/75 45 170, 183, 181, 173, 180
jeleniagora.ciz@dwup.pl

CLiPKZ w Legnicy

Plac Wolności 4 budynek C
59-220 Legnica
Tel. 76/85 03 406, 407, 408, 409
legnica.ciz@dwup.pl

CLiPKZ w Wałbrzychu

ul. Ogrodowa 5b, 58-306 Wałbrzych
tel. 74/88 66 539, 522, 526, 537, 548
wałbrzych.ciz@dwup.pl

CLiPKZ we Wrocławiu

ul. Eugeniusza Kwiatkowskiego 4,
52-326 Wrocław
tel. 71/39 74 314, 315, 316, 268, 269, 152
wroclaw.ciz@dwup.pl

ciipkz.dwup.pl

Wszystkie nasze usługi są bezpłatne