

Vprašalnik za merjenje osebnostne rasti

- 1. V času izobraževanja oziroma po njegovem zaključku so se zgodile na osebni ravni naslednje spremembe? (označite z X: 1 – sploh se ne strinjam, 2 – se ne strinjam, 3 – se ne morem odločiti, 4 – se strinjam, 5 – povsem se strinjam).**

	sploh se ne strinjam	se ne strinjam	se ne morem odločiti	se strinjam	močno se strinjam
	1	2	3	4	5
spremembe pri dojetanju in osmišljanju lastne življenjske zgodbe ter odkrivanje lastnih virov moči					
globlje in kompleksnejše zavedanje, ki mi koristi na različnih področjih življenja					
senzibilnost do samega sebe					
senzibilnost do svojega telesa					
senzibilnost v odnosih z drugimi					
senzibilnost do narave in okolja					
prepoznavanje novih vidikov pri razreševanju in prepoznavanju življenjskih zgodb					
globlje prepoznavanje (samo)odgovornosti					
osredotočenje na "tukaj in zdaj"					
pozitivno vrednotenje neposrednega doživljanja					
lažje in boljše vzpostavljanje psihičnega ravnovesja in notranje umirjenosti					

okrepitev zaupanja, da se v življenju stvari odvijajo z določenim namenom, da ni naključij, da ni nič nemogoče					
uspešnejše razreševanje konfliktov in konfliktnih situacij na osebni ravni					
pozitivna naravnost pri oblikovanju samopodobe					
boljše sprejemanje samega sebe					
prepoznavanje in sprejemanje svojih osebnostnih mej					
manj obrambnih drž					

2. V času izobraževanja oziroma po njegovem zaključku so se zgodile na poklicnem področju naslednje spremembe? (označite z X: 1 – sploh se ne strinjam, 2 – se ne strinjam, 3 – se ne morem odločiti, 4 – se strinjam, 5 – povsem se strinjam).

	sploh se ne strinjam	se ne strinjam	se ne morem odločiti	se strinjam	povsem se strinjam
	1	2	3	4	5
umirjenost in sproščenost					
bolj celosten pogled na človeka					
bolj celosten pogled na vzgojo					
boljši uvid v situacije					
večja motiviranost					
manj anksioznosti					
večja kreativnost in					

samozavest pri izvajanju dela					
vključevanje intuicije in čustev pri sprejemanju odločitev					
odkrivanje novih delovnih in raziskovalnih področij					
boljša komunikacija in sodelovanje s sodelavci					
vzpostavljanje zdravega ravnovesja med službo in privatnim življenjem					
vzpostavljanje zdrave distance do dela in sodelavcev					
uspešnejše razreševanje konfliktov in konfliktnih situacij v službi					
večja senzibilnost in empatija v odnosih do sodelavcev					
lažje prepoznavanje osebnostnih kriz posameznikov in pridobitev ustrežnejših oblik					

reagirana nanje					
boljše reakcije na krizne situacija					
poklicnih izzivov ne doživljam s strahom, marveč jih sprejemam kot priložnost					

3. Ali so se v vašem osebnem življenju zgodile kakšne pomembne spremembe med izobraževanjem ali po zaključku izobraževanja ? Ali lahko navedete te spremembe?

4. Ali so se v vašem poklicnem življenju zgodile kakšne pomembne spremembe med izobraževanjem ali po zaključku izobraževanja ? Ali lahko navedete te spremembe?

5. Ocenite, v kolikšni meri po izobraževanju zaznavate pozitiven vpliv na zadovoljstvo v osebnem življenju?

1-zelo malo, 2-malo, 3-nevtravno, 4-veliko, 5-zelo veliko

6. Ocenite, v kolikšni meri po izobraževanju zaznavate pozitiven vpliv na zadovoljstvo v poklicnem življenju?

1-zelo malo, 2-malo, 3-nevtravno, 4-veliko, 5-zelo veliko

7. Kateri tematski sklop je bil za vašo osebo rast ključnega pomena? (Razvrsti po pomembnosti. Pri opisu izpostavite vam pomembne stvari.)

- Integracija moje osebnosti – drevo;
- Sporočila staršev – moj nahrbtnik;
- To sem jaz – modeliranje;
- Trajni in začasni odnosi – sociogram;
- Vizije, cilji in komunikacija – pogled v prihodnost.

8. Katere od spodaj navedenih oblik in metod dela so še posebej vplivale na vašo osebno rast? (Izberi največ tri.)

- Iskanje simbolov in identifikacijsko delo z njimi;
- Ples;
- Vodena domišljajska meditacija;
- Likovno izražanje in modeliranje;

- e. Verbalizacija in »branje« slik – proces s posameznikom v »mali« skupini;
- f. Kreativno pisanje;
- g. Delo in vaje s telesom;
- h. Teoretične razlage.

- 9. Kako je vplivalo izobraževanje na pogled na vaše otroštvo in mladostniško odraščanje?**
- 10. Kako je vplivalo izobraževanje na pogled na odnose v vaši primarni družini (na odnos do staršev, bratov in sester)?**
- 11. Kako je izobraževanje vplivalo na oblikovanje vaših trajnih (družinskih) odnosov?**
- 12. Kako je izobraževanje vplivalo na oblikovanje vaših začasnih (kolegialno-prijateljskih) odnosov?**
- 13. Kako je vplivalo izobraževanje na vaše duhovno ter etično in moralno dimenzijo življenja?**
- 14. S katerimi ovirami in preprekami se po izobraževanju še vedno srečujete na osebni ravni?**
- 15. S katerimi ovirami in preprekami se po izobraževanju še vedno srečujete na poklicnem področju?**