

1. Umiejętności inteligencji społecznej	<i>Rozpoznawanie emocji innych osób oraz umiejętne wykorzystywanie tej wiedzy do wywierania pozytywnego wpływu i udzielania wsparcia.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Asertywność	Osoba asertywna jasno wyraża swoje potrzeby i opinie, tak aby inni je zauważyli.	Utrzymujesz swoje stanowisko, nawet gdy inni kwestionują Twoje pomysły.	W sytuacjach grupowych nie masz problemu z wyrażaniem swoich potrzeb i opinii.
Umiejętność przewodzenia i inspirowania innych	Osoba potrafiąca przewodzić i inspirować innych, wzbudza w nich entuzjazm oraz proponuje nowe i kreatywne pomysły.	Jesteś pozytywnym wpływem na otoczenie i motywujesz innych do osiągania sukcesów.	Potrąfisz podjąć ostateczną decyzję w trudnej sytuacji i wyjaśnić wybrany przez siebie sposób działania.
Odpowiedzialność	Osoba odpowiedzialna jest gotowa uzasadniać swoje działania i podejmowane decyzje wobec innych.	Bierzesz odpowiedzialność za powierzone Ci zadania i dbasz o to, aby zostały ukończone na czas.	Kiedy popełniasz błąd, potrafniesz się do niego przyznać i podjąć odpowiednie kroki.
Zarządzanie konfliktem	Osoba zdolna do rozwiązywania poważnych nieporozumień i sporów w celu osiągnięcia pozytywnych wyników.	W sytuacji konfliktu potrafniesz radzić sobie z odmiennymi opiniami i dbasz, aby dialog pozostał kulturalny.	Gdy pojawia się konflikt między dwiema osobami, potrafniesz podjąć pierwsze działania, aby uspokoić sytuację.
Rozwiązywanie konfliktów	Osoba, która znajduje rozwiązania poważnych nieporozumień i sporów w celu osiągnięcia sukcesu.	Potrąfisz znaleźć wspólną płaszczyznę i rozwiązania, gdy dwie lub więcej stron się nie zgadzają.	Potrąfisz znaleźć przestrzeń i strategię porozumienia między dwoma pracownikami, którzy wdali się w publiczny spór.
Współpraca	Osoba, która potrafi współpracować, efektywnie i z zaangażowaniem pracuje z innymi w celu osiągnięcia wspólnych celów.	Skutecznie współpracujesz z innymi w dążeniu do wspólnego celu.	Pracując w grupie, potrafniesz przyjąć rolę, która najlepiej służy jej interesom, zamiast skupiać się wyłącznie na własnych.
Dyplomacja	Osoba, która skutecznie radzi sobie z wrażliwymi sprawami i osobami, wykazując przy tym taktowność i umiejętność wyważonych reakcji.	W sprawach wrażliwych traktujesz innych z szacunkiem i taktem.	Jeśli dwaj przyjaciele lub współpracownicy się pokłócą, potrafniesz utrzymać dobre relacje z obydwojema.
Inteligencja emocjonalna	Osoba, która rozpoznaje, rozumie i skutecznie zarządza emocjami własnymi oraz innych.	Rozumiesz i zarządzasz własnymi emocjami w pozytywny sposób (np. redukując stres, okazując empatię, łagodząc konflikty itp.).	Kiedy w Twoim Życiu mają miejsce negatywne wydarzenia, potrafniesz je zrozumieć i zaakceptować, nie dając się im przytłoczyć.
Empatia	Osoba, która rozumie i utożsamia się z emocjami, myślami oraz postawami innych osób.	Pokazujesz innym, że rozumiesz ich problemy i potrafniesz odnieść się do ich sytuacji.	Nie oceniasz ani nie potępiasz pochopnie kogoś za negatywne działania, lecz starasz się zrozumieć ich Źródło.
Umiejętność wywierania wpływu	Osoba, która skutecznie oddziałuje na innych, motywując ich do podjęcia konkretnych działań.	Kiedy mówisz lub działasz, inni często podążają za Twoim przykładem.	W sytuacjach grupowych często przekonujesz innych, że to, w co wierzysz, jest właściwą decyzją.
Inspirowanie innych	Osoba, która motywuje ich do działania, wzbudzając pozytywne emocje i myśli.	Oddziałujesz na innych w taki sposób, że podejmują pozytywne działania w swoim Życiu lub przyjmują nowe postawy i opinie.	Koledzy lub przyjaciele często podejmują decyzje na podstawie tego, co powiedziałeś lub zrobiliś.
Uczciwość	Osoba, która przestrzega zasad moralnych i etycznych oraz wykazuje silny charakter moralny.	Nawet jeśli nikt nie patrzy ani się nie dowie, nadal zachowujesz się etycznie.	Nigdy nie pozwoliłbyś, aby ktoś inny poniósł winę za Twoje działania lub błędy.
Mediacja	Osoba, która skutecznie osiąga porozumienie i kompromis, pełniąc rolę pośrednika między stronami.	W sytuacji konfrontacyjnej potrafniesz znaleźć wspólną płaszczyznę między dwiema stronami.	Jeśli dwójka Twoich przyjaciół się pokłóci, aktywnie interweniujesz, aby pomóc im zmierzyć się z problemem.
Motywowanie innych	Osoba, która inspirowa innych, wskazując powód lub cel do podjęcia działań.	Prowadząc jakieś działanie, potrafnisz skutecznie pokazać innym korzyści i efekty wynikające z ich ciężkiej pracy.	Kupując przedmiot, potrafnisz wynegocjować cenę niższą od tej, która została Ci początkowo zaoferowana.
Negocjacje	Osoba zdolna do skutecznego prowadzenia rozmów i osiągania korzystnych rezultatów poprzez negocjowanie z innymi.	Rozumiesz, jak osiągnąć kompromis między dwiema stronami, tak aby obie czuły, że coś zyskały.	W przyjaźni lub relacji zawodowej komunikujesz się z innymi otwarcie i skutecznie.
Budowanie relacji	Osoba, która z łatwością nawiązuje i rozwija więzi oraz pozytywne kontakty z innymi.	Chętnie inicjujesz relacje z innymi i rozwijasz je w sposób przynoszący obopólne korzyści.	Jesteś uważny na dobre i złe wiadomości w Życiu swoich przyjaciół i odpowiednio na nie reagujesz.
Zarządzanie relacjami	Osoba, która efektywnie buduje i utrzymuje pozytywne więzi oraz kontakty w celu osiągnięcia korzystnych rezultatów.	Podejmujesz działania, aby utrzymywać relacje i rozwiązywać nieporozumienia lub problemy, gdy to konieczne.	Potrąfisz stosunkowo szybko podnieść się po osobistych lub zawodowych niepowodzeniach.
Odporność	Osoba, która radzi sobie z trudnościami i szybko odzyskuje równowagę po napotkanych przeciwnościach.	W trudnych sytuacjach odnajdujesz w sobie siłę, by poradzić sobie z problemem lub poszukać odpowiedniej pomocy.	Nie wybuchasz od razu gniewem, gdy coś nie idzie zgodnie z planem.
Samokontrola	Osoba, która panuje nad swoimi działaniami i emocjami, utrzymując odpowiednią powściągliwość.	Reagujesz na sytuacje w sposób adekwatny i przemyślany, zamiast działać impulsywnie.	Bezpośrednio reagujesz na sytuacje, w których widzisz, że inni są traktowani niesprawiedliwie.
Świadomość społeczna	Osoba, która dostrzega i rozumie kontekst społeczny oraz wpływ, jaki ma na otoczenie.	Rozumiesz różne dynamiki, potrzeby i sposoby myślenia występujące w grupach.	Podczas gorącej dyskusji dajesz przestrzeń różnym poglądom i ideom, nawet jeśli są sprzeczne z Twoimi.
Tolerancja	Osoba, która okazuje sprawiedliwość i otwartość wobec osób, których przekonania, opinie i tożsamość różnią się od jej własnych.	Uważasz, że każdemu człowiekowi należy się szacunek, niezależnie od jego tożsamości czy pochodzenia.	Potrąfisz dostrzec drobne sygnały, że ktoś przechodzi trudny okres.
Rozumienie ludzkich zachowań	Osoba, która rozumie ludzkie zachowania, potrafi dostrzegać i rozumieć motywacje oraz działania innych ludzi, opierając się na wnikliwości i wiedzy o ich zachowaniach.	Rozumiesz, że ludzie zachowują się i działają w różny sposób w zależności od swoich emocji i myśli.	W sytuacjach grupowych nie masz problemu z wyrażaniem swoich potrzeb i opinii.

2. Pozytywny obraz siebie	Świadomość własnej osoby, która wspiera skuteczne radzenie sobie z wyzwaniami, sprzyja rozwojowi osobistemu i umożliwia wywieranie pozytywnego wpływu na otoczenie.		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Realistyczna samoocena	Osoba potrafiąca realistycznie i precyzyjnie ocenić swoje mocne strony oraz obszary wymagające rozwoju.	Potrafisz rozpoznać swoje umiejętności i ograniczenia podczas wykonywania danego zadania.	Podając informacje o sobie podczas pierwszego spotkania, przedstawiasz je w realistyczny sposób.
Asertywność	Osoba asertywna jasno wyraża swoje potrzeby i opinie, tak aby inni je zauważyli.	Utrzymujesz swoje stanowisko, nawet gdy inni kwestionują Twoje pomysły.	W sytuacjach grupowych nie masz problemu z wyrażaniem swoich potrzeb i opinii.
Motywacja do nauki	Osoba, która aktywnie angażuje się w zdobywanie nowej wiedzy i umiejętności, dążąc do ciągłego rozwoju i doskonalenia.	Wykorzystujesz swój wolny czas, aby znaleźć nowe sposoby na rozwój lub zdobyć nowych umiejętności.	Często podejmujesz się nowych hobby lub aktywności edukacyjnych.
Inteligencja emocjonalna	Osoba, która rozpoznaje, rozumie i skutecznie zarządza emocjami własnymi oraz innych.	Rozumiesz i potrafisz zarządzać własnymi emocjami w różny pozytywny sposób (np. w celu złagodzenia stresu, okazania empatii, rozładowania konfliktu itp.).	Kiedy w Twoim Życiu mają miejsce negatywne wydarzenia, potrafisz je zrozumieć i zaakceptować, nie dając się im przytłoczyć.
Empatia	Osoba, która rozumie i utożsamia się z emocjami, myślami oraz postawami innych osób.	Pokazujesz innym, że rozumiesz ich problemy i potrafisz odnieść się do ich sytuacji.	Nie oceniasz ani nie potępiasz pochopnie kogoś za negatywne działania, lecz starasz się zrozumieć ich przyczynę.
Uczciwość	Osoba, która przestrzega zasad moralnych i etycznych oraz wykazuje silny charakter moralny.	Nawet jeśli nikt nie patrzy ani się nie dowie, nadal postępujesz etycznie.	Nigdy nie pozwoliłbyś, aby ktoś inny poniósł winę za Twoje działania lub błędy.
Optymizm	Osoba, która ma skłonność do pozytywnego postrzegania wydarzeń i sytuacji oraz oczekuje najlepszego możliwego rezultatu.	Postrzegasz świat jako (generalnie) pozytywne miejsce do Życia.	Myśląc o przyszłości, nie zakładasz od razu, że sprawy potoczą się źle.
Pozytywne nastawienie	Osoba, która przyjmuje optymistyczne podejście do doświadczeń i zadań.	Jesteś otwarty na nowe doświadczenia życiowe i masz pragnienie odkrywania nowych rzeczy.	Gdy spotyka Cię coś negatywnego, szybko szukasz rozwiązań lub starasz się dostrzec dobre strony sytuacji.
Refleksyjność	Osoba, która potrafi głęboko zastanawiać się nad swoimi doświadczeniami i wykonanymi zadaniami.	Masz tendencję do analizowania swoich doświadczeń, aby się doskonalić.	Pod koniec dnia siadasz i oceniasz, co się wydarzyło.
Odporność	Osoba, która radzi sobie z trudnościami i szybko odzyskuje równowagę po napotkanych przeciwnościach.	W trudnych sytuacjach znajdujesz w sobie siłę, by poradzić sobie z problemem lub szukasz odpowiedniej pomocy.	Potrafisz stosunkowo szybko podnieść się po osobistych lub zawodowych niepowodzeniach.
Pewność siebie	Osoba, która wierzy w swoje osądy, umiejętności i działania, opierając się na realistycznej ocenie siebie.	Jesteś świadomy swoich mocnych stron i potrafisz je wykorzystać, aby zaprezentować się w pozytywnym świetle.	Wiesz, że jesteś w stanie zrealizować określone zadanie, opierając się na swoich mocnych stronach i umiejętnościach.
Samokontrola	Osoba, która panuje nad swoimi działaniami i emocjami, utrzymując odpowiednią powściągliwość.	Reagujesz na sytuacje w sposób przemyślany, a nie impulsywny.	Nie wybuchasz od razu gniewem, gdy coś nie idzie zgodnie z planem.
Samodzielność	Osoba, która potrafi samodzielnie kierować swoim zachowaniem i wyznaczać cele bez potrzeby zewnętrznego wsparcia.	Masz zdolność wyznaczania sobie ścieżki i podążania nią w celu osiągnięcia swoich celów.	Podczas nauki potrafisz samodzielnie zarządzać zadaniami bez potrzeby bycia kierowanym przez innych.
Poczucie własnej wartości	Osoba, która utrzymuje realistyczny szacunek do siebie oraz pozytywne postrzeganie własnej osoby.	Nie poświęcasz zbyt wiele czasu na roztrząsanie krytyki.	Kiedy coś idzie nie tak, nie obwiniasz od razu siebie, lecz starasz się przeanalizować prawdziwe przyczyny problemu.
Samomotywacja	Osoba, która podejmuje działania i inicjuje aktywności bez potrzeby zewnętrznej motywacji.	Zazwyczaj nie potrzebujesz, by inni Cię popychali do działania – samodzielnie podejmujesz kroki, aby osiągnąć swoje cele.	Nie dajesz się łatwo rozproszyć podczas wykonywania zadania.

3. Umiejętności efektywnego działania	<i>Otwartość na ciągle uczenie się, rozwijanie kompetencji i inwestowanie w różnorodne umiejętności, przy jednoczesnym utrzymywaniu wysokiej skuteczności w zróżnicowanych środowiskach.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Autonomia	Osoba zdolna do efektywnej pracy samodzielnej, bez potrzeby stałego wsparcia lub nadzoru ze strony innych.	Wykonujesz zadania samodzielnie, bez potrzeby, by ktoś sprawdzał każdy ich element.	Nie boisz się podróżować samodzielnie.
Zdolność adaptacji	Osoba, która łatwo dostosowuje się do zmieniających się warunków i okoliczności.	Szybko dostosowujesz swoje działania w dynamicznych środowiskach, reagując na pojawiające się wyzwania.	Jeśli zadanie w pracy ulega zmianie, szybko dowiadujesz się, jak wykonać je skutecznie.
Myślenie analityczne	Umiejętność rozwiązywania problemów poprzez zastosowanie złożonych i precyzyjnych procesów myślowych.	Potrafiś spojrzeć na problem z różnych perspektyw i znaleźć logiczne rozwiązanie.	Potrafiś dostrzegać powiązania między rzeczami, które na pierwszy rzut oka nie są ze sobą związane.
Sumienność	Osoba, która starannie i dokładnie wykonuje powierzone zadania.	Planujesz z wyprzedzeniem i trzymasz się harmonogramu przy realizacji zadań.	Zwracasz uwagę na drobne szczegóły, nawet w skomplikowanych czynnościach.
Kreatywność	Osoba, która wykazuje się wyobraźnią oraz oryginalnością w myśleniu i wyrażaniu siebie.	Lubisz tworzyć nowe rzeczy i znajdować dla nich wiele zastosowań.	Znajdujesz sposoby na zabawę lub wyrażanie siebie w nudnych sytuacjach.
Decyzyjność	Osoba, która podejmuje decyzje w grupie, szczególnie w sytuacjach stresowych.	Myślisz szybko i jasno, aby wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie trudnych problemów.	Jesteś / byłbyś dobry w zatrudnianiu pracownika na nowe stanowisko.
Efektywność	Osoba, która osiąga zamierzone wyniki w sposób optymalny, przy minimalnym zużyciu czasu i wysiłku.	Otrzymując zadanie, dobrze potrafisz rozdzielić energię i zasoby, aby zrealizować je sprawnie i skutecznie.	Dzieliś projekty na zadania, a zadania na podzadania.
Entuzjazm	Osoba, która wykazuje silne zainteresowanie i pasję w realizacji zadań oraz przeżywaniu doświadczeń.	Wnosisz pozytywne nastawienie do wykonywanych działań.	W pracy jesteś punktualny, okazujesz zainteresowanie nowymi zadaniami oraz wykazujesz chęć słuchania, uczenia się i próbowania nowych rzeczy.
Przedsiębiorczość	Osoba, która skutecznie wykorzystuje swoje cechy i umiejętności do osiągnięcia sukcesów w biznesie i radzenia sobie w konkurencyjnych środowiskach.	Dostrzegasz potencjalne obszary do tworzenia nowych możliwości biznesowych.	Potrafiś ocenić ryzyko i możliwe korzyści, a następnie podejmujesz działania, które przynioszą Tobie i Twojemu biznesowi największe zyski.
Innowacyjność	Osoba, która stosuje nowe metody i pomysły w celu osiągnięcia swoich celów.	Umiesz wykorzystywać dostępne zasoby, aby tworzyć nowe rzeczy lub znajdować rozwiązania problemów.	Interesuje Cię to, w jaki sposób nowe technologie mogą poprawiać jakość życia ludzi.
Przywództwo	Osoba, która skutecznie prowadzi grupę w kierunku osiągnięcia wspólnych celów.	Wiesz, jak motywować i wspierać ludzi oraz dawać im dobry przykład.	Kierując grupą, potrafisz przekazywać jasne komunikaty i przedstawiać złożone idee w sposób zrozumiały dla wszystkich.
Motywowanie innych	Osoba, która inspirowała innych, wskazując powód lub cel do podjęcia działań.	Prowadząc jakieś działanie, skutecznie pokazujesz innym korzyści i ogólne rezultaty ich ciężkiej pracy.	Bierzesz udział w zajęciach stacjonarnych lub online, aby poznawać nowych ludzi.
Networking	Osoba, która skutecznie buduje sieć kontaktów w grupie osób o wspólnych zainteresowaniach lub celach.	Spotykając się z różnymi grupami osób, potrafisz znaleźć między nimi powiązania i wspólne zainteresowania.	Potrafiś zarządzać swoim obciążeniem pracą tak, by w żadnym momencie nie czuć się przytłoczonym.
Organizacja	Osoba, która skutecznie zarządza złożonymi zadaniami, wykorzystując odpowiednie systemy i procesy.	Realizujesz zadania w sposób terminowy i zorganizowany.	Masz dyscyplinę, by skupić się w 100% na 1–2 kluczowych zadaniach i nie dać się rozproszyć niczym innym.
Ukierunkowanie na wyniki	Osoba, która skupia wysiłki na osiągnięciu najlepszych możliwych rezultatów w realizowanych zadaniach.	Podczas pracy masz jasną wizję końcowego rezultatu, który chcesz osiągnąć.	W razie potrzeby wybierasz dobrze płatną pracę zamiast idealistycznej.
Pragmatyzm	Osoba, która szuka najbardziej praktycznych rozwiązań dla problemów pojawiających się w danej sytuacji.	Koncentrujesz się na sytuacji bieżącej i podejmujesz decyzje „tu i teraz”.	Korzystasz z list, aby organizować swoją pracę.
Priorytetyzowanie zadań	Osoba, która ocenia i ustala kolejność wykonywania zadań w zależności od ich ważności i pilności.	Realizując wiele zadań, dobrze potrafisz je uporządkować według ważności.	Podejmujesz dodatkowe zajęcia lub pracę, aby zwiększyć swoje szanse na dostanie się na studia.
Proaktywność	Osoba, która podejmuje działania zapobiegawcze lub interweniuje w obliczu przewidywanych trudności i wyzwań.	Działasz szybko i rozważnie w obliczu niespodziewanego wyzwania.	Jesteś dobry w dostrzeganiu potencjalnych zagrożeń w przestrzeni fizycznej i myśleniu o tym, jak im zapobiegać.
Zarządzanie ryzykiem	Osoba potrafiąca oceniać ryzyko oraz minimalizować negatywne skutki i straty w trudnych i niepewnych sytuacjach.	Poświęcasz czas na przewidzenie możliwych konsekwencji działania, aby przygotować plany i reakcje na potencjalne sytuacje.	Planując urodziny, przewidujesz różne możliwe sytuacje i przygotowujesz się na ewentualne problemy.
Planowanie strategiczne	Osoba, która opracowuje długoterminowe plany mające na celu osiągnięcie pozytywnych wyników w przyszłości.	Potrafiś ustalać priorytety, korzystać z zasobów i dbać o to, by Twój zespół zmierzał do wspólnego celu.	Chętnie poświęcasz czas, aby udzielić rady lub podzielić się zasobami ze współpracownikiem lub kolegą z klasy.
Praca zespołowa	Osoba, która efektywnie pracuje w grupie, dążąc do osiągnięcia wspólnych celów.	Umiesz komunikować się i współpracować w grupie, aby osiągnąć wspólny rezultat.	Jesteś dobry w eliminowaniu rozpraszaczy (np. telefonów i Internetu) podczas pracy.
Zarządzanie czasem	Umiejętność efektywnego planowania i priorytetyzowania zadań w celu maksymalizacji wydajności.	Korzystasz z harmonogramów i planów pracy, aby mieć pewność, że wykonasz zadania w określonym czasie.	Nie boisz się podróżować samodzielnie.

4. Profesjonalizm	<i>Zapewnianie najwyższych standardów realizacji zadań i pełnienia ról w organizacji oraz miejscu pracy.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Akceptacja informacji zwrotnej	Osoba, która przyjmuje i wykorzystuje informacje zwrotne w celu doskonalenia swoich umiejętności i osiąganych rezultatów.	Z radością przyjmujesz wkład i opinie innych, nie odbierając ich jako ataku personalnego.	Słuchasz rad innych i wykorzystujesz ich sugestie, aby ulepszyć swoją pracę.
Zdolność adaptacji	Osoba, która łatwo dostosowuje się do zmieniających się warunków i okoliczności.	Szybko dostosowujesz swoje działania w dynamicznych środowiskach, reagując na nowe wyzwania, gdy się pojawiają.	Jeśli zadanie w pracy ulega zmianie, szybko dowiadujesz się, jak skutecznie je wykonać.
Sumienność	Osoba, która starannie i dokładnie wykonuje powierzone zadania.	Planujesz z wyprzedzeniem i trzymasz się harmonogramu przy realizacji zadań.	Zwracasz uwagę na drobne szczegóły, nawet w skomplikowanych czynnościach.
Determinacja	Osoba, która stanowczo dąży do celów, podejmuje zdecydowane decyzje oraz pokonuje trudności i przeciwności.	Nie rezygnujesz łatwo z zadań, które uważasz za wartościowe.	Ukończyłeś kurs lub etap edukacji pomimo trudności finansowych.
Elastyczność	Osoba, która szybko i skutecznie dostosowuje się do zmieniających się okoliczności oraz modyfikuje podejście i zachowania w odpowiedzi na nowe wyzwania.	Potrafisz działać poza swoją strefą komfortu.	Łatwo dostosowujesz się do zmian w klasie lub w pracy, takich jak zmiana miejsca czy przerwanie harmonogramu.
Szczerość	Osoba, która jest prawdziwa, etyczna i sprawiedliwa w relacjach z innymi.	Przyznajesz się, gdy popełniłeś błąd lub nie miałeś racji.	W Twoim CV nie ma kłamstw.
Uczciwość	Osoba, która przestrzega zasad moralnych i etycznych oraz wykazuje silny charakter moralny.	Nawet jeśli nikt nie patrzy ani się nie dowie, nadal postępujesz etycznie.	Nigdy nie pozwoliłbyś, aby ktoś inny poniósł winę za Twoje działania lub błędy.
Motywowanie innych	Osoba, która inspirowa innych, wskazując powód lub cel do podjęcia działań.	Prowadząc jakieś działanie, skutecznie pokazujesz innym korzyści i końcowe rezultaty ich ciężkiej pracy.	Zgłaszasz się i aktywnie uczestniczysz na zajęciach lub w spotkaniu w pracy.
Partycypacja	Osoba, która aktywnie uczestniczy w realizacji zadań i podejmowaniu decyzji w ramach grupy.	W grupie jesteś proaktywny, zamiast czekać, aż inni wykonają całą pracę samemu.	Potrafisz zachować spokój, nawet gdy musisz coś wielokrotnie tłumaczyć tej samej osobie.
Cierpliwość	Osoba, która radzi sobie w trudnych sytuacjach z wewnętrzną siłą oraz spokojem umysłu i postawy.	Nie frustrujesz się, gdy musisz czekać na coś, co zajmuje dużo czasu.	Jeśli postanawiasz wziąć udział w trudnym wydarzeniu sportowym, ciężko trenujesz i doprowadzasz to do końca.
Wytrwałość	Osoba, która kontynuuje działania pomimo trudnych warunków i przeciwności.	Dążysz do swojego celu pomimo wyzwań i niepowodzeń.	Ubierasz się odpowiednio na rozmowę kwalifikacyjną.
Prezentacja osobista	Osoba, która wywiera pozytywne wrażenie na innych poprzez odpowiednią dbałość o wygląd i sposób komunikacji.	Wiesz, jak się zaprezentować, aby wywrzeć pozytywne wrażenie na innych.	Twoi przyjaciele lub współpracownicy zwracają się do Ciebie po radę lub pomoc w trudnych sytuacjach.
Niezawodność	Osoba, która wykonuje zadania w sposób dokładny, uczciwy i odpowiedzialny, będąc godna zaufania.	Niezależnie od zadania, jakość Twojej pracy pozostaje na stałym poziomie.	Opiekujesz się dzieckiem, członkiem rodziny, zwierzęciem itp. z troską i dojrzałością.
Odpowiedzialność	Osoba odpowiedzialna jest gotowa uzasadniać swoje działania i podejmowane decyzje wobec innych.	Jeśli zaczynasz zadanie, angażujesz się w nie i doprowadzasz je do końca.	Potrafisz zarządzać swoim obciążeniem pracą tak, aby w żadnym momencie nie czuć się przytłoczonym.
Organizacja	Osoba, która skutecznie zarządza złożonymi zadaniami, wykorzystując odpowiednie systemy i procesy.	Wykonujesz zadania w sposób terminowy i zorganizowany.	Chętnie poświęcasz czas, aby udzielić rady lub podzielić się zasobami ze współpracownikiem czy kolegą z klasy.
Praca zespołowa	Osoba, która efektywnie pracuje w grupie, dążąc do osiągnięcia wspólnych celów.	Potrafisz komunikować się i współpracować w grupie, aby osiągnąć wspólny cel.	Słuchasz rad innych i wykorzystujesz ich sugestie, aby ulepszyć swoją pracę.

5. Umiejętności komunikacyjne	<i>Zdolność do efektywnego rozumienia i przekazywania informacji, zarówno w formie werbalnej, jak i niewerbalnej.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Akceptacja informacji zwrotnej	Osoba, która przyjmuje i wykorzystuje informacje zwrotne w celu doskonalenia swoich umiejętności i osiąganych rezultatów.	Z radością przyjmujesz wkład i opinie innych, nie odbierając ich jako ataku personalnego.	Słuchasz rad innych i wykorzystujesz ich sugestie, aby ulepszyć swoją pracę.
Asertywność	Osoba asertywna jasno wyraża swoje potrzeby i opinie, tak aby inni je zauważyli.	Utrzymujesz swoje stanowisko, nawet gdy inni kwestionują Twoje pomysły.	W sytuacjach grupowych nie masz problemu z wyrażaniem swoich potrzeb i opinii.
Uważność	Osoba, która potrafi w pełni skoncentrować się na jednym zadaniu oraz wykazuje wysoką spostrzegawczość.	Potrafisz skupić się na zadaniu, nie dając się łatwo rozproszyć.	Pisząc e-mail lub raport, dbasz o to, aby nie popełniać drobnych błędów.
Precyzja komunikacyjna	Osoba, która wybiera i przekazuje najistotniejsze informacje w sposób jasny i zrozumiały.	Zwracasz uwagę na używane zwroty i zdania, dbając o to, by być dobrze zrozumianym.	Opowiadając historię lub coś wyjaśniając, dbasz o to, by mówić na temat i nie zanudzać słuchaczy.
Precyzja	Osoba, która przekazuje wystarczające informacje w sposób klarowny i oszczędny, za pomocą starannie dobranych słów.	Komunikujesz się w sposób jasny i zwięzły, przekazując to, co istotne, bez zbędnych słów.	Podczas rozmowy kwalifikacyjnej udzielasz krótkich, ale skutecznych odpowiedzi.
Dykcja	Osoba, która mówi w sposób klarowny, z odpowiednim akcentem, intonacją i jakością mowy.	Masz dobrą wymowę, także w przypadku trudnych słów.	Osoby z innych krajów rozumieją Cię, gdy do nich mówisz.
Elokwencja	Osoba, która płynnie, przekonująco i adekwatnie wyraża swoje myśli.	Potrafisz używać bogatego i kreatywnego języka podczas przekazywania idei.	Nie nadużywasz w mowie wypełniaczy typu „yyy”, „hmm”, „no więc”.
Empatia	Osoba, która rozumie i utożsamia się z emocjami, myślami oraz postawami innych osób.	Pokazujesz innym, że rozumiesz ich problemy i potrafisz odnieść się do ich sytuacji.	Nie oceniasz ani nie potępiasz pochopnie kogoś za negatywne działania, lecz starasz się zrozumieć ich przyczynę.
Udzielanie informacji zwrotnej	Osoba, która przekazuje konstruktywne informacje wspierające rozwój umiejętności i poprawę wyników innych osób.	Potrafisz sprawnie przekazać innym przydatne informacje na podstawie oceny ich pracy.	Gdy jesz w restauracji, zatrzymujesz się w hotelu itp., piszesz rzetelne i konstruktywne recenzje.
Umiejętność słuchania	Osoba, która skupia uwagę na przekazywanych informacjach, często udzielając odpowiedzi lub informacji zwrotnej w trakcie rozmowy.	Słuchając innych, okazujesz szczerze zainteresowanie tym, co mówią.	Gdy ktoś mówi, dajesz odpowiednie sygnały werbalne i niewerbalne, aby pokazać, że śledzisz jego wypowiedź.
Komunikacja niewerbalna	Osoba, która przekazuje znaczenie za pomocą gestów, mimiki i innych form komunikacji niewerbalnej..	Masz umiejętność dawania niewerbalnej informacji zwrotnej w rozmowie w formie kiwnięcia głową, kontaktu wzrokowego czy postawy ciała.	Utrzymujesz odpowiedni poziom kontaktu wzrokowego w rozmowie z innymi.
Cierpliwość	Osoba, która radzi sobie w trudnych sytuacjach z wewnętrzną siłą oraz spokojem umysłu i postawy.	Nie frustrujesz się, gdy musisz czekać na coś, co zajmuje dużo czasu.	Potrafisz zachować spokój, nawet gdy musisz coś wielokrotnie tłumaczyć tej samej osobie.
Umiejętność czytania ze zrozumieniem	Osoba, która efektywnie analizuje i rozumie treści zawarte w tekstach pisanych.	Potrafisz stosować różne strategie i techniki pracy z tekstami, aby uzyskać potrzebne informacje.	Potrafisz szybko przeskanować złożony tekst, aby znaleźć istotne informacje.
Rozumowanie	Osoba, która wyciąga wnioski na podstawie dokładnej analizy wszystkich dostępnych faktów.	Umiesz wyciągać trafne wnioski z obserwowanych sytuacji.	Udzielasz logicznych wyjaśnień, aby poprzeć swoje opinie i pomysły.
Umiejętność pisania	Osoba, która jasno formułuje myśli i skutecznie przekazuje informacje w formie pisemnej.	Potrafisz dostosować styl pisania w zależności od kontekstu (formalny, nieformalny itp.).	Pisząc e-mail, stosujesz poprawną pisownię, interpunkcję i gramatykę.

6. Umiejętność zarządzania stresem	<i>Techniki, strategie i narzędzia umożliwiające skuteczne radzenie sobie ze stresem.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Zdolność do segregacji	Osoba, która potrafi mentalnie oddzielać lub odkładać na bok aspekty, które nie pomagają w osiągnięciu celu lub realizacji zadania.	Potrafisz oddzielać problemy z jednej sfery Życia i nie pozwalasz im wpływać na inne.	Nie odpowiadasz na służbowe e-maile w czasie wolnym.
Zdolność działania pod presją	Osoba, która efektywnie działa w trudnych lub stresujących sytuacjach, aby zrealizować zadania lub osiągnąć cele.	Dobrze pracujesz, gdy musisz wykonać zadanie w określonym terminie.	Lubisz występować publicznie.
Zarządzanie zmianą	Osoba potrafiąca efektywnie radzić sobie w nowych lub zmieniających się sytuacjach, rozumiejąc ich dynamikę i wykorzystując pojawiające się możliwości.	Szybko skupiasz się na pozytywnych aspektach nowych sytuacji.	Kiedy zmieniasz pracę, miasto, szkołę itp., szybko adaptujesz się do nowych rutyn.
Zarządzanie konfliktem	Osoba zdolna do rozwiązywania poważnych nieporozumień i sporów w celu osiągnięcia pozytywnych wyników.	Podczas konfliktu potrafisz radzić sobie z przeciwstawnymi opiniami i dbasz o to, by dialog pozostał kulturalny.	Gdy pojawia się konflikt między dwiema osobami, potrafisz podjąć pierwsze kroki, aby uspokoić sytuację.
Zarządzanie złożonością	Osoba, która rozumie i efektywnie funkcjonuje w skomplikowanych sytuacjach.	Nie dajesz się łatwo przytłoczyć skomplikowanym problemom ani sytuacjom.	Spotykając nową grupę ludzi, szybko rozumiesz dynamikę społeczną i relacje między nimi.
Decyzyjność	Osoba, która podejmuje decyzje w grupie, szczególnie w sytuacjach stresowych.	Myślisz szybko i jasno, aby wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie trudnych problemów.	Jesteś / byłbyś dobry w zatrudnianiu pracownika na nowe stanowisko.
Samoregulacja emocjonalna	Osoba potrafiąca skutecznie zarządzać emocjami i uczuciami w różnych sytuacjach.	Zarządzasz swoimi reakcjami na emocje i wydarzenia w taki sposób, aby działać w pozytywny sposób.	Gdy masz zły nastrój, nie wyładowujesz się na przyjaciółach ani współpracownikach.
Wytrwałość	Osoba, która kontynuuje działania pomimo trudnych warunków i przeciwności.	Dążysz do swojego celu pomimo wyzwań i niepowodzeń.	Jeśli postanawiasz wziąć udział w trudnym wydarzeniu sportowym, ciężko trenujesz i doprowadzasz to do końca.
Rozwiązywanie problemów	Osoba, która skutecznie rozwiązuje problemy, wykorzystując analityczne i racjonalne myślenie w trudnych sytuacjach..	Jesteś dobry w porządkowaniu kluczowych informacji związanych z problemem i w identyfikowaniu jego ukrytych przyczyn.	Jesteś dobry w naprawianiu domowych urządzeń.
Odporność	Osoba, która radzi sobie z trudnościami i szybko odzyskuje równowagę po napotkanych przeciwnościach.	W trudnych sytuacjach znajdujesz w sobie siłę, by poradzić sobie z problemem lub szukasz odpowiedniej pomocy.	Potrafisz stosunkowo szybko podnieść się po osobistych lub zawodowych niepowodzeniach.
Zarządzanie czasem	Osoba, która skutecznie zarządza czasem, oceniając i priorytetyzując zadania w celu optymalizacji efektywności.	Korzystasz z harmonogramów i planów pracy, aby mieć pewność, że wykonasz zadania w określonym czasie.	Jesteś dobry w eliminowaniu rozpraszaczy (takich jak telefony i Internet) podczas pracy.

7. Umiejętności wprowadzania pozytywnych zmian	<i>Procesy i umiejętności służące tworzeniu i utrzymywaniu pozytywnych zmian.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Zdolność adaptacji	Osoba, która łatwo dostosowuje się do zmieniających się warunków i okoliczności.	Szybko dostosowujesz swoje działania w dynamicznych środowiskach, reagując na pojawiające się wyzwania.	Jeśli zadanie w pracy ulega zmianie, szybko dowiadujesz się, jak skutecznie je wykonać.
Inicjowanie zmian	Osoba potrafiąca inicjować przestrzeń i możliwości dla wprowadzania ulepszeń oraz innowacji.	Często jesteś osobą w grupie, zespole lub relacji, która inicjuje nowe aktywności lub pomysły.	Przyczyniłeś się do zmian politycznych lub społecznych poprzez kampanie lub aktywizm.
Kreatywność	Osoba, która wykazuje się wyobraźnią oraz oryginalnością w myśleniu i wyrażaniu siebie.	Lubisz tworzyć nowe rzeczy i znajdować dla nich wiele zastosowań.	Znajdujesz sposoby na zabawę lub wyrażanie siebie w nudnych sytuacjach.
Zarządzanie złożonością	Osoba zdolna do zrozumienia i efektywnego funkcjonowania w skomplikowanych sytuacjach.	Nie dajesz się łatwo przytłoczyć skomplikowanym problemom ani sytuacjom.	Spotykając nową grupę ludzi, szybko rozumiesz dynamikę społeczną i relacje między nimi.
Decyzyjność	Osoba, która podejmuje decyzje w grupie, szczególnie w sytuacjach stresowych.	Myślisz szybko i jasno, aby wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie trudnych problemów.	Jesteś / byłbyś dobry w zatrudnianiu pracownika na nowe stanowisko.
Elastyczność	Osoba, która szybko i skutecznie dostosowuje się do zmieniających się okoliczności oraz modyfikuje podejście i zachowania w odpowiedzi na nowe wyzwania.	Potrafisz działać poza swoją strefą komfortu.	Łatwo dostosowujesz się do zmian w klasie lub w pracy, takich jak zmiana miejsca czy przerwanie harmonogramu.
Inicjatywa	Osoba, która podejmuje działania i wprowadza zmiany, wykazując gotowość i proaktywność.	Jesteś proaktywny przy realizacji zadania, nie czekając na polecenia.	Oferujesz swoją pomoc, podejmując się dodatkowej pracy w szkole lub w pracy.
Innowacyjność	Osoba, która wykorzystuje nowe metody i pomysły w celu osiągnięcia swoich celów.	Umiesz wykorzystywać dostępne zasoby, aby tworzyć nowe rzeczy lub znajdować rozwiązania problemów.	Interesuje Cię, w jaki sposób nowe technologie mogą poprawiać jakość życia ludzi.
Przywództwo	Osoba, która skutecznie prowadzi grupę w kierunku osiągnięcia wspólnych celów.	Wiesz, jak motywować i wspierać ludzi oraz dawać im dobry przykład.	Kierując grupą, potrafisz przekazywać jasne komunikaty i przedstawiać złożone idee w sposób zrozumiały dla wszystkich.
Umiejętność słuchania	Osoba, która skupia uwagę na przekazywanych informacjach, często udzielając odpowiedzi lub informacji zwrotnej w trakcie rozmowy.	Słuchając innych, okazujesz szczerze zainteresowanie tym, co mówią.	Gdy ktoś mówi, dajesz odpowiednie sygnały werbalne i niewerbalne, aby pokazać, że śledzisz jego wypowiedź.
Wytrwałość	Osoba, która kontynuuje działania pomimo trudnych warunków i przeciwności.	Dążysz do swojego celu pomimo wyzwań i niepowodzeń.	Jeśli postanawiasz wziąć udział w trudnym wydarzeniu sportowym, ciężko trenujesz i doprowadzasz to do końca.

8. Umiejętności myślenia wyższego rzędu	<i>Zdolność do analizowania doświadczeń i znajdowania rozwiązań dla skomplikowanych problemów.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Myślenie analityczne	Osoba, która rozwiązuje problemy, stosując złożone i precyzyjne procesy myślowe.	Potrafisz spojrzeć na problem z różnych perspektyw i znaleźć logiczne rozwiązanie.	Potrafisz dostrzegać powiązania między rzeczami, które na pierwszy rzut oka nie są ze sobą związane.
Myślenie koncepcyjne	Osoba zdolna do łączenia abstrakcyjnych i złożonych idei w celu pogłębienia zrozumienia i poszerzenia perspektywy	Stosujesz abstrakcyjne idee w codziennych sytuacjach i problemach.	Jesteś w stanie dostrzec wzorce i przyczyny problematycznych zachowań u swoich przyjaciół i współpracowników.
Myślenie krytyczne	Osoba zdolna do jasnego, racjonalnego i analitycznego myślenia, opartego na faktach i dowodach.	Jesteś dobry w rozwiązywaniu problemów.	Jesteś dobry w ocenie, czy przyjaciel lub współpracownik mówi prawdę.
Decyzyjność	Osoba, która podejmuje decyzje w grupie, szczególnie w sytuacjach stresowych.	Myślisz szybko i jasno, aby wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie trudnych problemów.	Jesteś / byłbyś dobry w zatrudnianiu pracownika na nowe stanowisko.
Zdecydowanie	Osoba zdolna do stanowczego i zdeteminowanego działania, podejmowania decyzji bez zbędnych wahań.	Nie poświęcasz dużo czasu na podejmowanie drobnych decyzji.	Kupując prezenty dla innych, szybko wybierasz dobrą opcję i nie zmieniasz zdania.
Ocena	Osoba zdolna do skutecznego oceniania i analizowania skomplikowanych sytuacji.	Jesteś dobry w identyfikowaniu pozytywnych i negatywnych aspektów pracy współpracownika.	Jesteś dobry w decydowaniu, jaką ocenę powinno otrzymać wypracowanie na egzaminie.
Planowanie przyszłości	Osoba, która potrafi wyznaczać realistyczne, uporządkowane i osiągalne cele oraz plany.	Wyznaczasz sobie cele i planujesz działania, aby je osiągnąć.	Oszczędzasz pieniądze na konkretne zakupy.
Myślenie niezależne	Osoba, która myśli niezależnie, korzystając z własnej inteligencji i osądu, aby kierować swoimi działaniami.	Masz tendencję do odrzucania powszechnych społecznych stereotypów i uprzedzeń wobec ludzi, a opinie tworzysz na podstawie własnych doświadczeń.	W debacie między przyjaciółmi chętnie wyrażasz opinie, które nie są zgodne z większością.
Rozwiązywanie problemów	Osoba, która skutecznie rozwiązuje problemy, wykorzystując analityczne i racjonalne myślenie w trudnych sytuacjach.	Jesteś dobry w porządkowaniu kluczowych informacji związanych z problemem i w identyfikowaniu jego ukrytych przyczyn.	Jesteś dobry w naprawianiu domowych urządzeń.
Rozumowanie	Osoba, która wyciąga wnioski na podstawie dokładnej analizy wszystkich dostępnych faktów.	Potrafisz wyciągać trafne wnioski z tego, co obserwujesz.	Udzielasz logicznych wyjaśnień, aby poprzeć swoje opinie i pomysły.

9. Umiejętności współpracy	<i>Zdolność do aktywnego uczestniczenia w pracy zespołowej i dążenia do poprawy dynamiki grupy, procesów nauki, relacji oraz osiąganych rezultatów.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Zdolność do kompromisu	Osoba, która potrafi znajdować wspólne rozwiązania i osiągać porozumienie w sytuacjach konfliktowych.	Jesteś elastyczny przy ustalaniu czasu i miejsca spotkania.	Nie dąszasz się, gdy w relacji nie dzieje się po Twojej myśli.
Akceptacja informacji zwrotnej	Osoba, która przyjmuje i wykorzystuje informacje zwrotne w celu doskonalenia swoich umiejętności i osiąganych rezultatów.	Z radością przyjmujesz wkład i opinie innych, nie odbierając ich jako ataku personalnego.	Słuchasz rad innych i wykorzystujesz ich sugestie, aby ulepszyć swoją pracę.
Zdolność adaptacji	Osoba, która łatwo dostosowuje się do zmieniających się warunków i okoliczności.	Szybko dostosowujesz swoje działania w dynamicznych środowiskach, reagując na pojawiające się wyzwania.	Jeśli zadanie w pracy ulega zmianie, szybko dowiadujesz się, jak skutecznie je wykonać.
Coaching	Osoba potrafiąca udzielać konstruktywnych rad i wskazówek, wspierających innych w osiąganiu ich celów.	Jesteś dobry w pomaganiu przyjaciółom w omawianiu ich umiejętności i celów.	Zachęcasz innych, gdy popełniają błędy.
Współpraca	Osoba, która potrafi współpracować, efektywnie i z zaangażowaniem pracuje z innymi w celu osiągnięcia wspólnych celów.	Skutecznie współpracujesz z innymi, aby osiągnąć wspólny cel.	Pracując w grupie, potrafisz przyjąć rolę, która najlepiej służy jej interesom, zamiast skupiać się wyłącznie na sobie.
Tworzenie pozytywnych środowisk nauczania	Osoba, która potrafi kreować przestrzeń i okazje wspierające innych w procesie nauki i rozwoju.	Potrafisz sprawiedliwie dzielić swoją uwagę pomiędzy grupę.	Jesteś dobry w jasnym tłumaczeniu zadań innym osobom.
Delegowanie	Osoba, która efektywnie przekazuje zadania i odpowiedzialność, jasno je komunikując, aby osiągnąć wspólne cele.	Wiesz, jak podzielić zadania między ludzi zgodnie z ich umiejętnościami i możliwościami.	Organizując przyjęcie-niespodziankę, chętnie dzielisz się odpowiedzialnością z innymi.
Wspieranie rozwoju innych	Osoba, która wspiera rozwój i edukację innych, efektywnie ich kierując i tworząc warunki sprzyjające ich postępom.	Jesteś dobry w uczeniu innych konkretnych umiejętności, które sam posiadasz.	Jesteś szczery wobec przyjaciół w kwestiach, które powinni zmienić w swoim życiu.
Skuteczne prowadzenie spotkań	Osoba, która efektywnie prowadzi lub aktywnie uczestniczy w spotkaniach i wydarzeniach zespołowych, zarówno w formalnych, jak i nieformalnych okolicznościach.	Zachęcasz wszystkich do aktywnego udziału w działaniach grupowych lub spotkaniach.	Jesteś dobry w tworzeniu zabawnych lub interaktywnych aktywności.
Udzielanie informacji zwrotnej	Osoba, która przekazuje konstruktywne informacje wspierające rozwój umiejętności i poprawę wyników innych osób..	Potrafisz sprawnie przekazać innym przydatne informacje na podstawie oceny ich pracy.	Gdy jesz w restauracji, zatrzymujesz się w hotelu itp., piszesz rzetelne i konstruktywne recenzje.
Efektywność grupowa	Osoba, która skutecznie działa w grupie, współpracując lub pełniąc rolę lidera, aby realizować wspólne cele i osiągać zamierzone rezultaty.	Dobrze odnajdujesz się w kontaktach z różnymi typami ludzi.	Potrafisz dobrze wytłumaczyć problem innym w stresujących sytuacjach.
Mediacja	Osoba, która skutecznie osiąga porozumienie i kompromis, pełniąc rolę pośrednika między stronami.	W sytuacji konfrontacyjnej potrafisz znaleźć wspólną płaszczyznę między dwiema stronami.	Jeśli dwójka Twoich przyjaciół się pokłóci, aktywnie interweniujesz, aby zmierzili się z problemem.
Nauczanie innych	Osoba, która efektywnie prowadzi lub wspiera proces uczenia się, angażując innych w sposób przemyślany i skuteczny.	Umiesz znajdować proste analogie i przykłady, gdy tłumaczysz coś skomplikowanego.	W związku wybierasz odpowiedni moment, by poruszyć kwestię, którą chcesz, aby Twój partner zmienił.
Budowanie zespołu	Osoba, która potrafi tworzyć zespół i budować spójność grupy, kierując ją ku wspólnym celom.	Jesteś dobry w organizowaniu wydarzeń, które pozwalają grupie dzielić się pozytywnymi doświadczeniami.	Gdy nowa osoba zaczyna pracę lub naukę w Twojej firmie/szkole, starasz się ją włączyć do grupy.
Praca zespołowa	Osoba, która efektywnie pracuje w grupie, dążąc do osiągania wspólnych celów.	Potrafisz komunikować się i współpracować w grupie, aby osiągnąć wspólny cel.	Chętnie poświęcasz czas, aby udzielić rady lub podzielić się zasobami ze współpracownikiem czy kolegą z klasy.

10. Etyka i zarządzanie różnorodnością	<i>Zdolność radzenia sobie z etycznymi wyzwaniami i różnicami w kontekście społecznym.</i>		
Kompetencja	Definicja	Przykład 1	Przykład 2
Świadomość wartości etycznych	Osoba, która rozumie kwestie moralne oraz normy kształtujące zachowania i interakcje społeczne.	Wybrałeś ścieżkę kariery, aby wywierać pozytywny wpływ na społeczeństwo.	Często zastanawiasz się nad tym, co jest dobre, a co złe.
Świadomość kulturowa	Osoba, która rozumie wartości, zwyczaje i wierzenia innych kultur.	Potrafisz mówić w innym języku.	Starasz się dowiedzieć więcej o tle rodzinnym nowego kolegi z klasy.
Osąd etyczny	Osoba, która podejmuje moralne decyzje oraz ocenia trudne sytuacje na podstawie zasad etycznych.	Myślisz o środowisku, podejmując decyzje dotyczące tego, jak spędzasz czas i wydajesz pieniądze.	Segregujesz odpady w domu.
Odpowiedzialność etyczna	Osoba zdolna do rozpoznawania i działania zgodnie z wartościami moralnymi w różnych obszarach życia.	Jeśli znajdziesz telefon komórkowy na ulicy, starasz się go zwrócić właścicielowi.	Lubisz podróżować.
Globalne obywatelstwo	Osoba potrafiąca myśleć i działać w sposób, który uwzględnia odpowiedzialność i rolę w globalnej społeczności.	Śledzisz bieżące wydarzenia na świecie.	W Twoim CV nie ma kłamstw.
Szczerość	Osoba, która jest prawdomówna, etyczna i sprawiedliwa w relacjach z innymi.	Przyznajesz się, gdy popełniłeś błąd lub nie miałeś racji.	Masz przyjaciół o różnorodnych tożsamościach i pochodzeniu.
Inkluzywność	Osoba, która dąży do włączania i integrowania wszystkich ludzi w działania, organizacje, instytucje oraz społeczeństwo jako całość.	Jesteś proaktywny w reagowaniu na dyskryminację, gdy się z nią spotykasz.	Nigdy nie pozwoliłbyś, aby ktoś inny poniósł winę za Twoje działania lub błędy.
Uczciwość	Osoba, która przestrzega zasad moralnych i etycznych oraz wykazuje silny charakter moralny.	Nawet jeśli nikt nie patrzy ani się nie dowie, nadal postępujesz etycznie.	Mówisz swojemu przełożonemu, że nie jesteś w stanie wykonać zadania, jeśli brakuje Ci do tego umiejętności.
Transparentność	Osoba, która jest otwarta i bezpośrednia w swoich interakcjach z innymi.	Nie ukrywasz ważnych informacji osobistych, gdy poznajesz nową grupę.	Nie mówisz złośliwie za plecami współpracowników.
Wiarygodność	Osoba, która wzbudza zaufanie, jest niezawodna i zasługuje na pewność innych dzięki swojej uczciwości oraz rzetelnemu i odpowiedzialnemu postępowaniu.	Jesteś dobry w dotrzymywaniu tajemnic.	Masz doświadczenie we współpracy z ludźmi z całego świata.
Współpraca w różnorodnym środowisku	Osoba, która skutecznie współpracuje z różnorodnymi osobami i grupami, szanując ich unikalność i tożsamość.	Jesteś otwarty na ludzi z różnych środowisk.	Często zastanawiasz się nad tym, co jest dobre, a co złe.