



H-X

Опросник по карьерной диагностике

версия 26.09.2023

Этот опросник разработан компанией [H-X Technologies](#) и предназначен для выявления способностей и врожденных наклонностей к профессиям (задатков). [Диагностика задатков](#) полезна всем людям, желающим улучшить свою самореализацию, удовлетворенность и качество жизни, вне зависимости от пола, возраста, навыков и предыдущего опыта.

Скачайте, пожалуйста, этот документ в формате DOCX. На его вопросы ответьте подряд и честно перед самим собой. На открытые вопросы (то есть, на которые нельзя ответить “да”, “нет” или выбрать вариант ответа) отвечайте подробно, до 5-10 строк. Вопросы не удаляйте, а сразу за знаками “?” ставьте знак пробела и пишите ваши ответы без абзацев или переводов строк.

Наилучший результат получается, если читать вопросы и перечитывать ваши ответы вечером перед сном, а рано утром, сразу после пробуждения, писать новые ответы и дополнять существующие. Полнота и качество ответов важнее скорости заполнения опросника. В идеале, эта работа должна занять у вас несколько дней или даже недель. Документ DOCX с вашими ответами пришлите на email vb@h-x.technology. Отчёт по диагностике вы получите в течение 5 рабочих дней после уточняющих вопросов. [Пример отчёта](#).

Вопросы

1. Мировоззрение, характер и личные качества.

- a. Какое у меня мировоззрение?
- b. Во что я верю?
- c. Если у меня есть философия, которой я придерживаюсь, то какая она?
- d. Какие у меня ценности?
- e. Какие у меня принципы и убеждения?
- f. Какие у меня цели?
- g. Что помогает мне адаптироваться к изменениям в жизни и работе?
- h. Что меня мотивирует прогрессировать и развиваться?
- i. Какие у меня хорошие и плохие особенности характера и личностные качества?
- j. Я легко волнуюсь, или меня сложно вывести из равновесия?
- k. Как я отношусь к новым идеям и перспективам?

- l. Я предпочитаю заниматься делами “здесь и сейчас” или думать о будущем, возможностях и идеях?
- m. Я решаю споры, руководствуясь принципами и фактами или стремясь к гармонии и взаимопониманию?
- n. Я предпочитаю жить по плану и следовать расписанию или оставаться гибким и открытым для новых возможностей?
- o. Я чувствую себя заряженным после общения с людьми или это скорее утомляет меня?
- p. Как я отношусь ко включению в активную жизнь общества людей, имеющих трудности в физическом развитии, в том числе с инвалидностью или ментальными особенностями?

2. Что нравится.

- a. Что я люблю?
- b. Чем мне нравилось заниматься когда-либо ранее?
- c. На что я трачу свободное время?
- d. На что я обращаю внимание?
- e. Чем я интересуюсь в Интернете?
- f. Что мне нравится изучать?
- g. Что меня вдохновляет?
- h. Какие у меня были или есть увлечения (хобби)?
- i. Каким играм (видео, спортивные, азартные, настольные, другие) я посвящал или посвящаю много времени?
- j. Какая деятельность приносит мне внутреннее удовлетворение?
- k. Что побуждает меня заниматься творчеством?
- l. Какие занятия заставляют меня забывать обо всем, даже о физиологических потребностях?
- m. На какую работу я готов тратить время, не получая деньги?

3. Желания, мечты и перспективы.

- a. О чем я мечтал в детстве?
- b. Какие отношения и семейный статус я хочу?
- c. Как я хочу выглядеть и как себя ощущать?
- d. Каким я хочу быть через 5, 10 и 20 лет?
- e. Чем я хочу обладать в духовном плане?

- f. Чем я хочу обладать в материальном плане?
- g. Человек, которым я хотел бы быть, - как описать в пяти словах?
- h. Какие навыки и опыт я хочу приобрести?

4. Наклонности на основе условных допущений.

- a. Какие новые обучающие книги я взял бы с собой в долгую поездку в другую страну, где нет книг на знакомых языках?
- b. Если бы ни один человек в мире не мог узнать, чем я занимаюсь, то чем бы я занимался?
- c. Если бы у меня была гарантия успеха, чем бы я занялся?
- d. Как бы я изменил мир, если бы имел такую возможность?
- e. Чем бы я занимался, если бы все мои сегодняшние потребности были всегда удовлетворены?
- f. Чем бы я занялся, если бы у меня было бесконечное количество денег?
- g. Чем бы я занялся, если бы в нашем мире не было бы денег, или деньги не имели бы значения?
- h. Кем по профессии я хотел бы быть, кроме тех, кем меня хотят видеть родственники, окружение или общество?
- i. Какую профессию я бы выбрал, если бы на её полное освоение был бы нужен 1 час?
- j. Какие профессии я считаю сложными, то есть, какие профессии для меня - вызов?
- k. Профессиональный уровень каких профессий я хотел бы улучшить на основе моего негативного опыта потребителя товаров или услуг?
- l. Чем мне может понравиться заниматься в будущем?

5. Самодетерминация.

- a. Я создаю или поддерживаю?
- b. Я использую только наработанные навыки или постоянно изучаю новые?
- c. Сколько я хочу творческой свободы?
- d. Я предпочитаю сотрудничество или конкуренцию?
- e. Я люблю работать в компании или одиночестве?
- f. Мне хочется управлять людьми или ближе заниматься своей работой?
- g. Я хочу быть в центре внимания или за кулисами?
- h. Какой я хочу баланс работы и жизни?

- i. Какой труд я предпочитаю - умственный, физический, творческий?
- j. Я по жизни предприниматель, наемный работник или фрилансер?
- k. Я предпочитаю работать в системе или вне системы?

6. Базовые ценности (варианты ответов: важно, не очень важно, не важно).

- a. Насколько для меня важно выражать свои собственные идеи и быть самостоятельными?
- b. Насколько для меня важно получать новые впечатления и новые вызовы?
- c. Насколько для меня важно получать удовольствие и наслаждаться жизнью?
- d. Насколько для меня важно достичь успеха в том, что я делаю?
- e. Насколько для меня важно иметь влияние на людей и события?
- f. Насколько для меня важно чувствовать себя защищенными и иметь стабильную жизнь?
- g. Насколько для меня важно следовать религиозным или культурным традициям?
- h. Насколько для меня важно избегать конфликтов и быть в гармонии с другими людьми?
- i. Насколько для меня важно помогать другим и заботиться о их благополучии?
- j. Насколько для меня важно понимать, чувствовать, принимать и защищать благополучие всех людей и природы?

7. Базовые способности (варианты ответов: легко и нравится, не очень легко и не очень нравится, нелегко и не нравится).

- a. Насколько мне легко и нравится исследовать и понимать новые идеи?
- b. Насколько мне легко и нравится читать, писать и выражать мои мысли словами?
- c. Насколько мне легко и нравится решать математические задачи или логические головоломки?
- d. Насколько мне легко и нравится работать с числами или анализировать данные?
- e. Насколько мне легко и нравится работать с таблицами и систематическими процессами?
- f. Насколько мне легко и нравится работать в структурированной среде с четкими правилами и процедурами?
- g. Насколько мне легко и нравится проявлять точность и внимание к деталям в работе?
- h. Насколько мне легко и нравится визуализировать объекты, места или сцены в воображении?

- i. Насколько мне легко и нравится заниматься рисованием, дизайном или архитектурой?
- j. Насколько мне легко и нравится улавливать ритм и мелодию в музыке?
- k. Насколько мне легко и нравится координировать свои движения, например при занятиях спортом или танцами?
- l. Насколько мне легко и нравится заниматься ремонтом вещей или предметов, либо другим ручным трудом?
- m. Насколько мне легко и нравится работать с инструментами или машинами?
- n. Насколько мне легко и нравится понимать собственные чувства и мотивы?
- o. Насколько мне легко и нравится понимать чувства и мотивы других людей?
- p. Какие из базовых способностей, перечисленных выше, проявлялись у меня в раннем возрасте, и какие из них я освоил сам, без формального обучения?

8. Опыт и навыки.

- a. О чем у меня спрашивают совета?
- b. За что люди говорят мне “спасибо”?
- c. Какой интересный и ценный опыт у меня есть?
- d. Какие у меня есть навыки?
- e. Что у меня получается делать?
- f. Что из того, что я делаю, нравится людям?
- g. За что мне платили или готовы платить, даже небольшие суммы?
- h. Как я организовываю своё рабочее и свободное время?
- i. Где я могу работать, и какие профессии я освоил?
- j. Как я могу приносить максимальную пользу людям?