



Итоговая аттестация Эффективные стратегии саморазвития. ДРБ_Роспатриот

- 1 Отметь верные составляющие драйверов успеха, которые выделили респонденты в возрасте 18-24 лет в исследовании «Восточного экономического форума».
- 2 Отметь верный процент опрошенных людей в возрасте 25-34 лет, которые выделили в качестве драйвера успеха «личные способности и стремления» в исследовании «Восточного экономического форума».
- 3 Отметь вопросы, которые включает практика «Икигай».
- 4 Выбери верное определение пирамиды Маслоу:
- 5 Отметь все правильные пункты методики START.
- 6 Выбери верные утверждения, которые объясняют, почему сильные стороны развивать важнее, чем укреплять слабые.
- 7 Отметь вопросы, которые включает в себя техника «Линия жизни».
- 8 Где ты можешь развиваться? Выбери верные варианты.
- 9 Что входит в зону контроля? Выбери правильные варианты ответов.
- 10 Что включает в себя практика «7 мудрецов?» Отметь верные варианты ответов.
- 11 Отметь все способы, которые помогают находить связи.
- 12 Выбери верные этапы практики «5 близких друзей»:
- 13 Отметь все пункты, которые включает техника «По какому пути пойти».
- 14 Выбери верное утверждение. Практики развития эмоционального интеллекта позволяют:
- 15 Выбери верные шаги создания плана развития.
- 16 Выберите верную формулировку цели по системе SMART.





- 17) Выбери верные составляющие формулы радикальных перемен.
- 18) Выбери сферы, которые входят в «мишень целей».
- 19) Выбери верное определение Soft skills.
- 20) Выбери верное определение Hard skills.
- 21) Выбери верные составляющие пирамиды Маслоу.
- 22) Отметь все верные уровни пирамиды Дилтсона.
- 23) Какие области включает в себя Окно Джохари?
- 24) Отметь факторы, которые определяют, почему человек испытывает FOMO-эффект.
- 25) Выбери верное определение. FOMO-эффект – это:
- 26) Выбери верное определение «Социального пространства».
- 27) Выбери верное определение ИПР:
- 28) Отметь все правильные варианты ответов. Цель, сформулированная по системе SMART:
- 29) Отметь все верные убеждения мышления роста.
- 30) Выбери верные утверждения. Развитие эмоционального интеллекта позволяет:
- 31) Выбери верные составляющие индивидуального плана развития.
- 32) Выбери верный ответ на вопрос. Какой инструмент позволяет определить потребности?
- 33) Отметь верное описание долгосрочной цели.
- 34) Выбери верное определение Work-life balance.
- 35) Выбери верное определение «стресса»:
- 36) Выбери группы симптомов, в которых проявляется выгорание.





- 37) Выбери верные шаги подготовки к мероприятию, совещанию, встрече.
- 38) Выбери верное утверждение. Люди с синдромом самозванца считают:
- 39) Выбери верные утверждения, которые характеризуют потребности.
- 40) Отметь все правильные шаги практики «Дерево целей».

