

Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen

Was sind deine Stärken und Fähigkeiten? Wie schätzt du dich ein? Schätzen dich andere Personen auch so ein? Selbst- und Fremdeinschätzungen helfen dir, Antworten auf diese Fragen zu finden. Und so geht es:

1. Schritt:

Fülle die Selbsteinschätzung **13** aus.
Beachte: Lies die Beschreibungen gründlich durch.
Denke nach.
Kreuze an.

2. Schritt:

Lasse die Fremdeinschätzung **14** ausfüllen,
z. B. von Mutter, Vater, Lehrerin/Lehrer oder Mitschülerin/Mitschüler.

3. Schritt:

Lege beide Arbeitsblätter **13** **14** nebeneinander.
Vergleiche.
Trage die Ergebnisse in das Arbeitsblatt **15** ein.

4. Schritt:

Sprich mit der Person, die dich eingeschätzt hat.
Wertet aus!

Überprüfe regelmäßig, wie sich deine Stärken und Fähigkeiten entwickelt haben. Nutze die gleichen Arbeitsblätter mehrmals, z. B. jedes Schuljahr. Es gibt verschiedene Varianten von Arbeitsblättern für die Selbst- und Fremdeinschätzung. In deinem BWP ist eine mittelschwere Variante.



Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen

Datum _____

Selbsteinschätzung

Name _____

Fähigkeiten	Beschreibung	Einschätzung
Zuverlässigkeit	Ich bin ein Mensch, auf den man sich verlassen kann.	   
Lernbereitschaft	Ich interessiere mich für vieles und lerne gern Neues dazu.	   
Leistungsbereitschaft	Ich bin bereit mich anzustrengen, um eine Aufgabe zu erledigen.	   
Ausdauer	Ich halte auch zeitaufwendige Tätigkeiten durch.	   
Belastbarkeit	Ich behalte den Überblick, auch wenn es viele Anforderungen auf einmal gibt.	   
Sorgfalt	Ich führe Aufgaben sorgfältig und ordentlich aus.	   
Konzentrationsfähigkeit	Ich kann mich konzentrieren und lasse mich nicht ablenken.	   
Selbstständigkeit	Ich kann Aufgaben ohne Hilfe erledigen.	   
Kritikfähigkeit	Ich kann Kritik begründen, ich nehme Kritik an und suche angemessene Lösungen.	   
Kreativität	Ich habe viele eigene Ideen und gestalte gern.	   
Teamfähigkeit	Ich arbeite gern und zielgerichtet mit anderen zusammen.	   
Auftreten	Ich bin höflich, freundlich und respektvoll.	   
Organisationsfähigkeit	Ich kann sinnvoll planen.	   
Toleranz	Ich respektiere andere Menschen und ihre Meinungen.	   
Verantwortung	Ich bin bereit, Verantwortung für Aufgaben und Entscheidungen zu übernehmen.	   

