Datum _____

Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen: Selbsteinschätzung

Name _____

Wie stark sind die folgenden Kompetenzen bei dir ausgeprägt? Kreuze das entsprechende Smiley an!

Selbstkompetenzen	☺	😐	☹	☹
Belastbarkeit: Stress, Misserfolge und körperliche Belastungen bewältigen				
Flexibilität: offen für geänderte Anforderungen und Gegebenheiten sein				
Gewissenhaftigkeit: organisiert, sorgfältig, verantwortlich, zuverlässig handeln				
Lernbereitschaft: Neues erlernen und erfahren wollen				
Leistungsbereitschaft: für sich oder die Gesellschaft wichtige Tätigkeiten ausüben wollen				
Kritikfähigkeit: Kritik annehmen und konstruktiv damit umgehen				
Selbstständigkeit: eigenständig Entscheidungen treffen und Aktivitäten durchführen				
Konzentrationsfähigkeit: sich längere Zeit auf eine Sache konzentrieren				
Kreativität: schöpferisch denken und handeln				
Sozialkompetenzen				
Einfühlungsvermögen: sich in andere hineinversetzen und sie verstehen				
Kommunikationsfähigkeit: sich mit anderen aktiv unterhalten, sich verständlich ausdrücken und Inhalte auch fachfremden Personen begreiflich machen				
Konfliktfähigkeit: Auseinandersetzungen aufnehmen und konstruktiv bewältigen				
Teamfähigkeit: eine Aufgabe gemeinschaftlich und gleichberechtigt lösen				
Durchsetzungsvermögen: wichtige Anliegen vermitteln und durchsetzen				
Fachkompetenzen				
Allgemeinwissen				
Beherrschung der deutschen Sprache				
Mathematische Kenntnisse				
Naturwissenschaftliche Kenntnisse				
Kenntnisse wirtschaftlicher Zusammenhänge				
Sprachkenntnisse				
IT-Anwenderkenntnisse				
Methodenkompetenzen				
Wissenschaftliches Arbeiten: eigenständig analysieren, strukturieren, dokumentieren				
Transfervermögen: Wissen in anderen Bereichen anwenden				
Lernkompetenz: eigene Lernprozesse verstehen und eigenverantwortlich gestalten				
Organisationsfähigkeit: Termine und Arbeitsabläufe effizient koordinieren				

BERUFSWAHLPASS © LSJ 2016 | www.berufswahlpass-sachsen.de

Datum _____

Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen: Auswertung

Die Fremdeinschätzung ist eine separate Datei. Für die Auswertung solltest du sie am besten ausgedruckt zur Verfügung haben.

1. Bei diesen Kompetenzen stimmen die Selbst- und Fremdeinschätzung grundsätzlich überein. Die andere Person und ich haben ☺ oder 😐 angekreuzt:

Das sind meine Stärken, oder das sind Kompetenzen, die bei mir gut ausgeprägt sind.

2. Bei diesen Kompetenzen stimmen die Selbst- und Fremdeinschätzung grundsätzlich überein. Die andere Person und ich haben 😕 oder ☹ angekreuzt :

Diese Kompetenzen sollte ich verbessern.

3. Bei diesen Kompetenzen unterscheiden sich meine Einschätzung und die der anderen Person sehr:

Das kläre ich!

Sprich mit der Person, die dich eingeschätzt hat. Begründe, warum du dich so einschätzt. Bitte die andere Person, ihre Einschätzung zu begründen.Tauscht Argumente aus.
Hat sich deine Sichtweise oder die der anderen Person nun vielleicht verändert? Falls ihr Kompetenzen nun beide übereinstimmend eher als Stärke oder als sehr verbesserungswürdig einschätzt, ergänze sie unter 1. oder 2.

BERUFSWAHLPASS © LSJ 2016 | www.berufswahlpass-sachsen.de