

Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen

Datum _____

Ich schätze mich selbst ein.

Name _____

Wie gut kannst du die folgenden Sachen? Klicke jeweils den Knopf für das zutreffende Smiley!

So sind meine praktischen Fähigkeiten.

So kann ich mit Werkzeugen arbeiten (z. B. einem Hammer).



So kann ich mit Messgeräten arbeiten (z. B. einem Lineal).



So kann ich mit dem Computer arbeiten.



So kann ich mit Materialien arbeiten (z. B. Papier, Holz, Metall).



So lerne und arbeite ich.

So kann ich Arbeitsanweisungen verstehen.



So genau und sorgfältig arbeite ich.



So ist mein Arbeitstempo.



So ausdauernd arbeite ich.



So verhalte ich mich zu anderen.

So pünktlich bin ich.



So verständlich spreche ich.



So kann ich mit anderen zusammenarbeiten.



So kann ich mit Kritik umgehen.



Kannst du noch etwas besonders gut?



Meine Stärken und Fähigkeiten bestimmen

Datum _____

Auswertung der Selbsteinschätzung und der Fremdeinschätzung

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

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

Das sind Stärken oder Fähigkeiten, die bei mir gut ausgeprägt sind.

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

Diese Fähigkeiten sollte ich verbessern.

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

Das kläre ich!

Sprich mit der Person, die dich eingeschätzt hat. Tauscht Argumente aus. Begründe, warum du dich so einschätzt. Bitte die andere Person, ihre Einschätzung zu begründen.

Hat sich deine Sichtweise oder die der anderen Person nun vielleicht verändert?

Schätzt ihr Fähigkeiten nun übereinstimmend als Stärke oder als verbesserungswürdig ein?

Dann ergänze sie unter 1. oder 2. in der Tabelle.

