

Kennen Sie Ihre Kompetenzen?! In dieser Checkliste finden Sie eine Aufstellung von Schlüsselkompetenzen, die im Beruf immer wichtiger werden.



Schlüsselkompetenzen sind ...
 ... Fähigkeiten, die über fachliche Fähigkeiten hinausgehen.
 ... Stärken, die in der Regel nicht im Zeugnis stehen.

Ziel der Checkliste ist es, einen besseren Überblick über Ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen zu bekommen. Ergänzen Sie die Tabelle mit eigenen Inhalten, wenn Sie wollen.

Name _____

Datum _____

Merkmal	Beispiel	Einschätzung					
		Trifft überhaupt nicht zu	■	■	■	■	Trifft völlig zu
		A	B	C	D	E	F
1 Zuverlässigkeit	Ich bin ein Mensch, auf den man sich verlassen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Lernbereitschaft	Ich lerne gerne Neues.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Leistungsbereitschaft	Ich bin in der Lage, Arbeitsaufträge in angemessener Zeit zu erledigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Ausdauer	Ich erledige auch zeitaufwändige Arbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Belastbarkeit	Mit Schwierigkeiten und Problemen werde ich gut fertig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Sorgfalt	Aufgaben führe ich sauber und sorgfältig aus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Konzentrationsfähigkeit	Ich kann mich konzentrieren und lasse mich nicht ablenken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Selbstständigkeit	Ich kann gut eigenständig arbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Kritikfähigkeit	1. Ich kann Kritik sachlich begründen. 2. Ich kann Kritik an meiner Leistung oder meinem Verhalten annehmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Kreativität	Ich bin einfallsreich und habe eigene Ideen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Teamfähigkeit	Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Umgangsformen	1. Ich habe ein sicheres Auftreten. 2. Ich bin höflich und freundlich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Konfliktfähigkeit	Ich kann mit schwierigen Situationen umgehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Toleranz	Ich akzeptiere die Meinung anderer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>