

\* Erläuterung zur Einschätzung: Setze ein Kreuz in dem Kästchen, das auf Dich am ehesten zutrifft.

selten	Die Aussage trifft selten auf mich zu.	oft	Die Aussage trifft oft auf mich zu.
manchmal	Die Aussage trifft manchmal auf mich zu.	meistens	Die Aussage trifft meistens auf mich zu.



## Fragebogen zur Selbsteinschätzung

Kompetenz	Was bedeutet das?	Einschätzung*			
		selten	manchmal	oft	meistens
1 Teamfähigkeit	<b>Gern im Team arbeiten</b> Ich arbeite gern mit anderen Menschen zusammen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Mit unterschiedlichen Menschen auskommen</b> Ich kann mich auf unterschiedliche Menschen einstellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Gemeinsame Planungen machen</b> Ich kann etwas gemeinsam mit anderen planen und mich zur Verteilung der Aufgaben mit ihnen absprechen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Sich anpassen können</b> Ich füge mich leicht in eine Gruppe ein und nehme auf andere Rücksicht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Hilfsbereitschaft</b> Ich springe für andere ein und unterstütze sie bei Problemen oder beim Lösen ihrer Aufgaben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Organisationsfähigkeit	<b>Aufgaben und Arbeitsabläufe planen</b> Bevor ich eine Arbeit beginne, denke ich über die Aufgabenstellung nach und unterteile sie in einzelne, überschaubare Schritte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Wichtiges erkennen und Prioritäten setzen</b> Ich erkenne, was das Wesentliche an einer Aufgabe ist und kann entscheiden, was als nächstes getan werden muss.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Flexibel sein</b> Wenn sich die Situation verändert oder ich neue Informationen bekomme, kann ich mich darauf einstellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Zuverlässigkeit	<b>Vereinbarungen einhalten</b> Ich nehme Regeln und Versprechen ernst und halte sie ein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Gewissenhaft arbeiten</b> Ich arbeite sorgfältig und genau und möchte Fehler möglichst vermeiden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4 Kritikfähigkeit	<b>Kritik akzeptieren</b> Ich kann Kritik annehmen, ohne persönlich gekränkt zu sein und sehe ein, wenn ich einen Fehler gemacht habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Sachlich kritisieren</b> Ich kann Kritik sachlich äußern und achte darauf, dass sie niemanden verletzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Schwierige Themen ansprechen</b> Ich habe den Mut, auch unangenehme oder problematische Dinge anzusprechen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Konfliktfähigkeit	<b>Konflikte erkennen und annehmen</b> Ich erkenne, worin ein Konflikt besteht und bin bereit, darüber mit den Beteiligten zu sprechen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Seinen Standpunkt vertreten</b> Ich habe den Mut, meine Meinung zu sagen, auch wenn andere sich das nicht trauen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Kompromisse schließen</b> Wenn es unterschiedliche Meinungen gibt, wie man etwas tun sollte, bin ich bereit, anderen entgegenzukommen. Ich kann dann auch meine eigenen Interessen zurückstellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Lernbereitschaft	<b>Streit schlichten</b> Ich kann andere beruhigen, schwierige Situationen entschärfen und helfen, einen Streit zu beenden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Interesse für Neues</b> Neue Aufgaben interessieren mich und ich beschäftige mich gern mit Dingen, die ich bisher noch nicht kannte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Leistungsbereitschaft	<b>Selbständig lernen</b> Ich hole mir von allein Informationen ein, um mir neues Wissen und neue Fähigkeiten anzueignen (z.B. Lehrbücher, Gebrauchsanweisungen, Internet).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Aus Erfolgen und Misserfolgen lernen</b> Wenn mir etwas gelingt oder nicht gelingt, kann ich daraus lernen und die Erfahrungen auf andere Situationen übertragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Leistungsbereitschaft	<b>Zielstrebigkeit</b> Ich setze mich beim Bearbeiten von Aufgaben dafür ein, das Ziel zu erreichen und strebe nach möglichst guten Ergebnissen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Schwierigkeiten und Widerstände überwinden</b> Ich bleibe an einer Aufgabe dran, auch wenn es schwierig wird und finde Wege, um Hindernisse zu überwinden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Eigeninitiative</b> Wenn ich sehe, dass etwas getan werden muss, suche ich auch selbständig nach Lösungen und werde von allein aktiv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8 Belastbarkeit	<b>Konzentriert arbeiten</b> Ich arbeite aufmerksam an einer Aufgabe, ohne mich ablenken zu lassen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Ausdauer</b> Ich kann mich eine längere Zeit lang mit einer Aufgabe beschäftigen, auch wenn dazu ständig wiederkehrende oder unbeliebte Tätigkeiten gehören.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Unter schwierigen Bedingungen arbeiten</b> Auch unter schwierigen Bedingungen (z.B. Lärm oder Ärger mit anderen) arbeite ich gut und ruhig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Unter Zeitdruck arbeiten</b> Wenn ich wenig Zeit für eine Aufgabe habe, bleibe ich trotzdem ruhig und arbeite zügig und wie geplant weiter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Hilfe nachfragen</b> Ich bitte andere um Hilfe, wenn ich eine schwierige Situation nicht allein bewältigen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Kommunikationsfähigkeit	<b>Mündlicher Ausdruck</b> Ich kann mich mit anderen fließend verständigen. Ich beherrsche die Alltagssprache.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Verstehendes Lesen</b> Ich kann Texte lesen und ihre Inhalte verstehen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Schriftlicher Ausdruck</b> Ich kann Texte wie Briefe, E-Mails oder kleine Berichte verfassen und mich darin verständlich ausdrücken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Sachverhalte und Situationen darstellen</b> Ich kann gut Dinge erklären und Situationen beschreiben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Offenheit im Umgang mit anderen</b> Ich gehe offen auf andere zu, kann ein Gespräch beginnen und aufrechterhalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Sich in Gespräche einbringen</b> Ich beteilige mich aktiv an Gesprächen und bringe meine eigene Meinung ein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Meinungen anderer respektieren</b> Ich achte die Meinungen anderer Menschen, auch wenn ich eine andere Meinung habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Respektvoll kommunizieren</b> Ich höre aufmerksam zu und lasse andere ausreden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Sich in andere hineinversetzen</b> Ich kann Einstellungen, Gefühle und Probleme anderer erkennen und ich kann nachfühlen, wie es ihnen geht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

10 Selbständigkeit	<b>Selbständig handeln</b> Ich kann eigenständig Aufgaben erledigen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Selbständig planen</b> Ich kann meinen Tagesablauf planen und organisieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11 Verantwortungsbewusstsein	<b>Folgen abschätzen</b> Bevor ich etwas tue, überlege ich mir, welche Auswirkungen mein Handeln haben könnte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Verantwortung übernehmen</b> Ich bin bereit, für mein Handeln und meine Entscheidungen die Verantwortung zu tragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Interkulturelle Kompetenz	<b>Aufgeschlossen sein gegenüber anderen Kulturen</b> Ich interessiere mich für Menschen mit einem anderen kulturellen Hintergrund und akzeptiere mögliche Unterschiede.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten</b> Ich kann mit Menschen, die eine andere Herkunft haben als ich, zusammen arbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Fähigkeit zur Selbstreflexion	<b>Die eigenen Bedürfnisse kennen</b> Ich weiß, welche Bedürfnisse, Wünsche und Abneigungen ich selbst habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Eigene Stärken und Schwächen kennen</b> Ich kann einschätzen, was ich gut kann und was mir nicht liegt oder wo ich mich noch verbessern könnte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Selbstkritisch sein</b> Meine Ziele und Handlungen kann ich hinterfragen und überdenken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Engagementbereitschaft	<b>Unterstützungsbedarf erkennen</b> Ich merke es, wenn andere Menschen Hilfe und Unterstützung brauchen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<b>Bereitschaft sich zu engagieren</b> Ich bin bereit, meine eigene Zeit für andere Menschen oder eine wichtige Sache einzusetzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>