



Fähigkeiten überprüfen und weiterentwickeln

Versuche, jede für dich wichtige Fähigkeit oder Kompetenz mit A, B oder C einzustufen.

Stufe A: Du kannst gleiche Aufgaben gut lösen.

Stufe B: Du kannst neue, ähnliche Aufgaben gut lösen.

Stufe C: Du kannst neue, ähnliche Aufgaben gut lösen und andere darin anleiten.

Feedback von Menschen, die dich gut kennen

Wenn du soweit bist, kannst du deine Liste anderen Menschen zeigen, die dich gut kennen (Fremdwahrnehmung/Aussensicht).

- Welche Fähigkeiten nehmen sie bei dir wahr?
- Wenn du diese Fähigkeiten schon in deiner Sammlung hast, unterstreiche sie farbig.

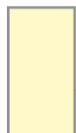
Verwende für jede Person, die du fragst, eine andere Farbe.

- Nennen sie Fähigkeiten, die in deiner Sammlung fehlen?
- Schreibe sie in der Farbe der Person dazu.

Überlege dir, weshalb du selber das nicht notiert hast.

- Stimmt deine Einschätzung, wie gut du etwas kannst, mit der Einschätzung der Befragten überein?

Falls du höher bzw. tiefer liegst, frage nach den Gründen.



Wo deine Selbstwahrnehmung und die Fremdwahrnehmung von Fähigkeiten übereinstimmen, kannst du dir dieser Fähigkeiten umso sicherer sein

Frage deine Bekannten auch, wie du wichtige Fähigkeiten noch verbessern könntest. Notiere dir konkrete Tipps und Empfehlungen.

Was dich überzeugt und dir leichtfällt, kannst du am besten gleich verwirklichen.