

## HINWEISE

Der mitgelieferte Hefter ist zum Erstellen einer Dokumentation Ihrer persönlichen Kompetenzen gedacht.

Heften Sie, wenn Sie alle Teile der Kompetenzbilanz durchgearbeitet haben, Ihren Lebenslauf, Ihr persönliches Kompetenzprofil, das Soziogram sowie den Umsetzungsplan hier ab.

Fügen Sie alle Nachweise, die Sie zusammengestellt haben (Fotos, Beurteilungen, Zeitungsartikel etc) hinzu.

So entsteht Ihre ganz persönliche Dokumentation, ihr »Portfolio«, mit dem Sie Ihre Kompetenzen vorweisen und anderen einsichtig machen können, dass und bei welchen Tätigkeiten sie sich auf Sie und Ihre Kompetenzen verlassen können.

Zum Blatt KOMPETENZPROFIL:

Übertragen Sie in das Kompetenzprofil alle Kreuze aus der ERKENNEN-Spalte der Kompetenzbilanz. Aus dem Fehlen bzw. an der Häufung von »Treffern« ergibt sich auf einen Blick Ihr persönliches Profil an Stärken und Schwächen.

Zum Blatt SOZIOGRAMM:

Der Kreis im Zentrum stellt Sie dar. Skizzieren Sie Ihre Beziehungen zu anderen Menschen durch Pfeile. Je größer der Kreis, desto wichtiger die Person, je näher der Kreis, desto vertrauter die Beziehung. Die vorgedruckten Kreise sind nur als Anregung gedacht – ordnen Sie Ihr soziales Netz nach Ihrem Ermessen.

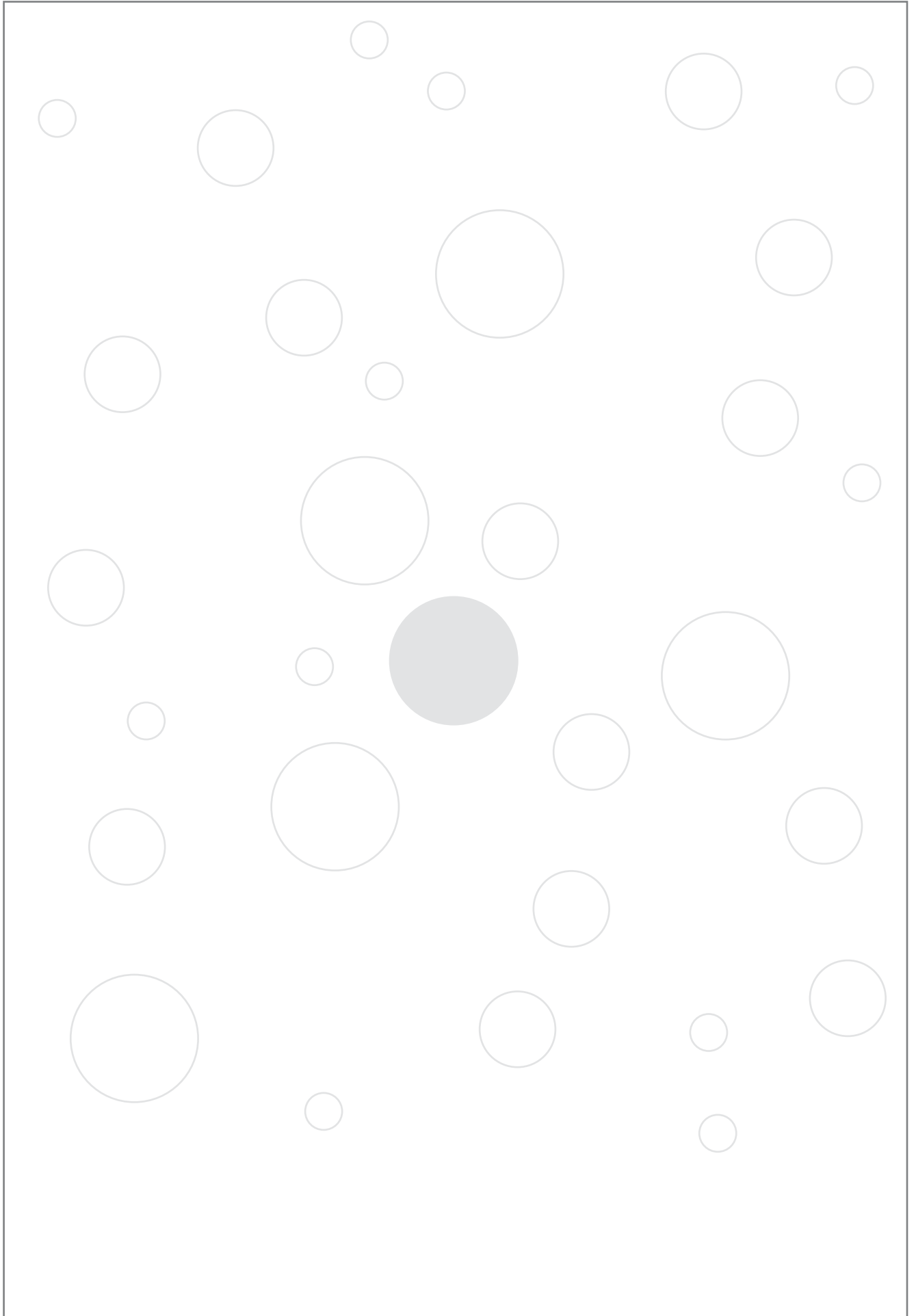
**LEBENS LAUF**

Name: \_\_\_\_\_

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page. It is intended for the user to write their life story.

**SOZIOGRAMM**

Name: \_\_\_\_\_



<b>Selbstorganisation / Selbstmanagement</b>	
Ziele für das eigene Leben entwickeln	
Gesetzte Ziele auch verwirklichen	
Zeit einteilen	
Für die eigene Gesundheit sorgen	
<b>Verantwortungsbewusstsein</b>	
Folgen des eigenen Handelns einschätzen	
Aufgaben zuverlässig erledigen	
Sich an Vereinbarungen halten	
<b>Belastbarkeit, Fähigkeit zur Stressbewältigung</b>	
Unter Zeitdruck handeln	
Geduld	
An einer Aufgabe dran bleiben	
Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen	
Mit Störungen konstruktiv umgehen	
<b>Kommunikationsfähigkeit</b>	
Kontakte herstellen	
Längere Zeit konzentriert zuhören	
Schwierige Sachverhalte klar darstellen	
Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird	
Abweichende Meinungen als Chance verstehen	
Eigenes Verhalten kritisch überprüfen	
<b>Kooperationsfähigkeit / Teamfähigkeit</b>	
Unterstützung annehmen können	
Unterstützung anbieten können	
Kompromisse schließen	
Gemeinschaft stiften	
Zusammenhalt herstellen und erhalten	
<b>Interkulturelles Handeln</b>	
Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren	
Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten	
<b>Flexibilität und Mobilität</b>	
Ziele an neue Bedingungen anpassen	
Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen	
Offen sein für neue Aufgaben	
<b>Organisationsfähigkeit</b>	
Unterschiedliche Vorgaben koordinieren	
Längerfristig planen	
Zeit aufeinander abstimmen	
Lösungen realisieren	
Sich selbständig Informationen beschaffen	
In schwierigen Situationen Auswege finden	
Sich durchsetzen können	
Aufgaben an andere delegieren	
Andere motivieren und begeistern	
Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten	
Entscheidungen treffen	
Folgen berücksichtigen	
<b>Pädagogische Fähigkeiten</b>	
Einfühlungsvermögen	
Anleiten können	
Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten	
<b>Kreative Fähigkeiten</b>	
Neue Ideen entwickeln	
Aus wenig viel machen	
Andere Blickwinkel finden	

**Bei der Erstellung dieses Kompetenzprofils hat mitgewirkt:**

Name: \_\_\_\_\_ Funktion: \_\_\_\_\_

**UMSETZUNGSPLAN**

Name: \_\_\_\_\_

Ziel	Schritte	Zeitraum