



Auftreten • Ausstrahlung • Authentizität

Entdecken Sie sich selbst

Werte, Fähigkeiten, Kompetenzen, Eigenschaften

Meine
Eigenschaften
Wie bin ich?



Eigenschaften

Abenteuerlustig, Abhängig, Abstrakter Denker, Aggressiv, Agil, Akademisch, Akkurat, Aktiv, Albern, Analytisch, Angeregt, Angespannt, Ängstlich, Annehmend, Anpassungsfähig, Anregend, Anspruchslos, Anspruchsvoll, Argwöhnisch, Aufgabenorientiert, Aufgeschlossen, Aufmerksam, Aufregend, Aufrichtig, Ausdauernd, Ausgeglichen, Außergewöhnlich, Autark, Authentisch, Autoritär.

Bedächtig, Bedenkenträger, Begabt, Begeisterungsfähig, Beharrlich, Belastbar, Belesen, Bequem, Berechenbar, Bescheiden, Beschützend, Beschützt, Besonnen, Besorgt, Beständig, Bodenständig.

Charismatisch, Charmant.

Dankbar, Detailorientiert, Dickfellig, Diplomatisch, Direkt, Diskret, Distanziert, Diszipliniert, Dominant, Durchsetzungsfähig, Dynamisch.

Effektiv, Effizient, Ehrgeizig, Ehrlich, Eigeninitiative, Eigenverantwortlich, Einfallsreich, Einflussreich, Einfühlsam, Einsichtig, Einzigartig, Eloquent, Emotional, Empathisch, Engagiert, Entschieden, Enthusiastisch, Entschlossen, Entspannt, Erfahren, Erfolgreich, Erfreut, Erleichtert, Ernst, Exotisch, Extrovertiert.

Fachkundig, Fair, Fleißig, Flexibel, Fortschrittlich, Freundlich, Froh, Fürsorglich.

Genau, Gebildet, Geduldig, Geerdet, Gehorsam, Geistreich, Gelassen, Gepflegt, Geradeheraus, Geradlinig, Geschäftsmäßig, Gesellig, Gesprächig, Glaubwürdig, Gleichgültig, Glücklich, Großzügig, Gründlich, Gütig.

Handlungsorientiert, Harmoniebedürftig, Hartnäckig, Heiter, Herausragend, Herzlich, Hilfsbereit, Humorvoll.

Eigenschaften

Idealistisch, Impulsiv, Im Zusammenhang denkend, Individualistisch, Initiativ, Innovativ, Integer, Intelligent, Introvertiert.

Kenntnisreich, Klar, Kollegial, Kommunikativ, Kompetent, Kompliziert, Konfliktfähig, Konfliktscheu, Konkurrenzfähig, Konsequenz, Konservativ, Kontaktfreudig, Kontrolliert, Konzentriert, Kooperativ, Korrekt, Kräftig, Kreativ, Kritikfähig, Kritisch, Kulant, Kultiviert, Kundenorientiert.

Lässig, Lebenslustig, Lebhaft, Leistungsbereit, Leistungsorientiert, Liberal, Liebenswert, Liebevoll, Locker, Lösungsorientiert, Logisch, Loyal.

Mental stark, Methodisch, Milde, Misstrauisch, Mitfühlend, Motiviert, Munter, Mutig.

Nachdenklich, Nachsichtig, Natürlich, Nett, Neugierig, Objektiv, Offen, Optimistisch, Ordentlich, Organisiert.

Penetrant, Perfektionistisch, Pflichtbewusst, Phantasievoll, Positiv, Pragmatisch, Praktisch, Praxisorientiert, Präzise, Privat, Proaktiv, Pünktlich.

Rational, Reaktionsfreudig, Realistisch, Regelmäßig, Reif, Reinlich, Religiös, Reserviert, Respektvoll, Risikobereit, Romantisch, Ruhig.

Sanft, Schalkhaft, Scharfsichtig, Scheu, Schlagfertig, Schnell, Schüchtern, Schwungvoll, Selbständig, Selbstbeherrscht, Selbstkritisch, Selbstreflektierend, Selbstsicher, Selbstbewusst,

Eigenschaften

Sensibel, Sexy, Sicherheitsdenkend, Sinnlich, Skeptisch, Smart, Solide, Sorgfältig, Sorglos, Souverän, Sozial. Spontan, Sportlich, Sprachbegabt, Stabil, Stark, Stolz, Strategisch denkend, Strebsam, Strukturiert, Stur, Sympathisch.

Taktvoll, Tatsachenorientiert, Teamarbeiter, Teambuilder, Theoretisch, Tolerant, Tough, Traditionell, Treu, Triumphierend.

Überzeugend, Unabhängig, Ungeduldig, Ungewöhnlich, Unkompliziert, Unstet, Unternehmerisch, Unterstützend.

Waghalsig, Wandelbar, Warmherzig, Weise, Wertend, Wertschätzend, Wettbewerbsorientiert, Wirtschaftlich denkend, Wild, Witzig, Wortgewandt.

Zäh, Zart, Zielorientiert, Zufrieden, Zugänglich, Zukunftsorientiert, Zurückhaltend, Zuverlässig, Zuversichtlich, Zuvorkommend.

Meine TOP TEN - Eigenschaften

1 .

6 .

2 .

7 .

3 .

8 .

4 .

9 .

5 .

10 .

VALUES

A hand holding a red marker is shown writing the word "VALUES" in large, bold, red capital letters. The hand is positioned on the right side of the word, with the marker tip touching the letter 'S'. The background is plain white.

Meine Werte

Was sind Werte

Werte (Wertvorstellungen) sind allgemein erstrebenswerte, moralisch oder ethisch als gut befundene spezifische Wesensmerkmale einer Person innerhalb einer Wertegemeinschaft.

Aus den präferierten Werten und Normen resultieren Denkmuster, Glaubenssätze, Handlungsmuster und Charaktereigenschaften. In Folge entstehen Ergebnisse (Resultate, Erlebnisse, Erfolge), welche die gewünschten werthaltigen Eigenschaften besitzen oder vereinen sollen.

Werte-Begriffe sind vorwiegend Substantive, die moralisch gut empfundene Eigenschaften verkörpern. Sie symbolisieren jeweils eine spezifische Sittlichkeit und beschreiben die zwischenmenschliche Qualität von Charaktereigenschaften und Nutzen stiftenden Merkmalen.

Werte

aus
<https://www.wertesysteme.de/alle-werte-definitionen/>

Abenteuer, Achtsamkeit, Agilität, Aktivität, Aktualität, Akzeptanz, Altruismus, Anerkennung, Andersartigkeit, Anmut, Ansehen, Anstand, Ästhetik, Aufgeschlossenheit, Aufmerksamkeit, Ausgeglichenheit, Ausgewogenheit, Authentizität.

Begeisterung, Beharrlichkeit, Bescheidenheit, Besonnenheit

Dankbarkeit, Demut, Disziplin.

Effektivität, Effizienz, Ehrlichkeit, Empathie, Entscheidungsfreude.

Fairness, Fleiß, Flexibilität, Freiheit, Freude, Freundlichkeit, Frieden, Fröhlichkeit, Fürsorglichkeit.

Geduld, Gelassenheit, Gemütlichkeit, Gerechtigkeit, Gesundheit, Glaubwürdigkeit, Großzügigkeit, Güte.

Harmonie, Herzlichkeit, Hilfsbereitschaft, Hingabe, hoffnungsvoll, Höflichkeit, Humor.

Idealismus, Innovation, inspirierend, Integrität, intelligent, Interesse, Intuition.

Klugheit, konservativ, Kontrolle, Kreativität.

Leidenschaft, Leichtigkeit, Liebenswürdigkeit, Loyalität.

Mitgefühl, motivierend, Mut.

Werte

aus

<https://www.wertesysteme.de/alle-werte-definitionen/>

Nachhaltigkeit, Nächstenliebe, Neutralität.

Offenheit, Optimismus, Ordnungssinn.

Pflichtgefühl, Phantasie, pragmatisch, Präsenz, Präzision, Professionalität, Pünktlichkeit.

Realismus, Redlichkeit, Respekt, Rücksichtnahme, Ruhe.

Sanftmut, Sauberkeit, Selbstdisziplin, Selbstvertrauen, sensibel, Seriosität, Sicherheit, Solidarität, Sorgfalt, Sparsamkeit, Spaß, Standfestigkeit, Sympathie

Teamgeist, Tapferkeit, Teilen, Toleranz, traditionell, Transparenz, Treue, Tüchtigkeit.

Unabhängigkeit, Unbestechlichkeit.

Verantwortung, Verlässlichkeit, Vertrauen, verzeihen.

Wachsamkeit, Weisheit, Weitsicht, Würde.

Zielstrebigkeit, Zuverlässigkeit, Zuneigung, Zuversicht.

Meine TOP TEN - Werte

1 .

6 .

2 .

7 .

3 .

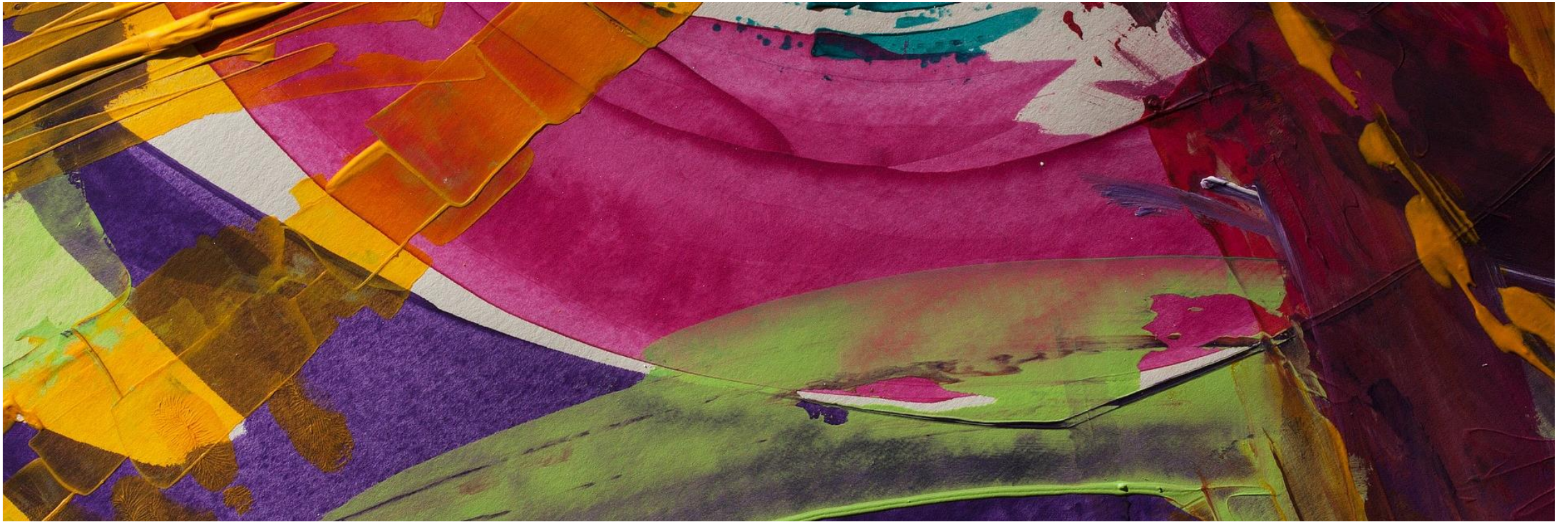
8 .

4 .

9 .

5 .

10 .



Meine Fähigkeiten

Fähigkeiten / Fertigkeiten

Fähigkeit meint Talent, Begabung oder das Vermögen zu etwas.

Die Fertigkeit hingegen bezeichnet die z. B. durch Übung vollbrachte Realisierung einer Fähigkeit.

Fähigkeit = die Voraussetzung zum Erwerben einer Fertigkeit.

Fertigkeit = durch Übung vollbrachte Realisierung einer Fähigkeit.

Das Beherrschen eines Musikinstrumentes etwa wäre eine erlernte Fertigkeit. Eine musikalische Veranlagung (Musikalität, „musikalisch sein“) hingegen wäre eine Fähigkeit (tendenziell auch: Eigenschaft), die viel dazu beitragen würde, ein Musikinstrument zu beherrschen.

Fertigkeit meint also das (erlernte) Beherrschen eines Handwerks, während Fähigkeit die Voraussetzung für diese Beherrschung (und auch für das Erlernen dieser) bezeichnet.

In der Regel kann die Fähigkeit also als etwas Angeborenes (bzw. durch entsprechende Lebensvorgeschichte latent Vorhandenes) und die Fertigkeit als etwas (zu einem umfangreichen Maß) Erlerntes verstanden werden.

Fähigkeiten

Ausbilden, Ausstellen, Auswählen.

Balancieren, Bauen, Bearbeiten, Beaufsichtigen, Befragen, Begeistern, Behandeln, Beraten, Bereitstellen, Bereit zu lernen und zu wachsen, Beschreiben, Bestimmen, Bewahren, Bewerten, Bewirten, Beziehungen aufbauen, Beziehungen aufrechterhalten, Budgetverantwortung.

Chancen erkennen, Coachen.

Darstellen, Delegieren, Dichtung und Poesie, Differenzierungsvermögen, Diplomatie.

Einfühlen, Einkaufen, Einrichten, Einschätzen, Einsparen, Eloquenz, Emotionen regulieren, Entscheiden, Entwerfen, Entwickeln, Erfinden, Erholungsphasen zelebrieren, Erklären, Erschaffen, Erstellen, Erweitern.

Fähigkeit der Konzentration, Fahren, Feedback geben, Flexibel auf neue Gegebenheiten anpassen, Forschen, Fördern, Fotografisches Gedächtnis, Fragen stellen, Führen.

Geld „machen“, Geschäftssinn, Gesetzmäßigkeiten erkennen, Gespräche führen, Gestalten, Gründen, Gutes Auftreten.

Handarbeiten, Handeln, Handwerkliches Geschick, Harmonisieren, Helfen, Heilen, Herstellen, Humor.

Improvisieren, Information verarbeiten, Installieren, Interviewen, Initiative ergreifen, Integrieren, Intelligenz, Interkulturelle Kompetenzen, Intuition.

Kalkulieren, Kindererziehung, Klassifizieren, Kochen, Komplettieren, Kommunizieren, Komponieren, Kondition, Kontrollieren, Konservieren, Konstruktionstalent, Kontakte aufbauen und pflegen, Kooperieren, Koordinieren, Korrigieren, Kräfte erkennen, Kreatives Arbeiten, Kritisieren, Kümmern, Kunden betreuen, Künstlerisch darstellen, Kurzzeitgedächtnis.

Fähigkeiten

Langzeitgedächtnis, Lehren, Lernen, Lesen, Liebe geben, Lieferanten managen, Liefern, Lösungen aufzeigen, Logisch denken

Macht klug einsetzen, Malen, Managen, Menschen anziehen, Menschen fordern, Menschenkenntnis, Mentor, Messen, Metaphysische Kräfte, Methoden entwickeln, Mitarbeiter entwickeln, Mit Tieren umgehen, Moderieren, Möglichkeits- und Chancendenker, Motivieren, Multitasking, Musizieren.

Netzwerken.

Optimieren, Ordnen, Organisieren.

Pflanzen, Pflegen, Phantasie, Philosophische Fähigkeit, Planen, Polaritäten verstehen, Positionieren, Präsentieren, Praxisorientiert, Probleme identifizieren, Probleme lösen, Produzieren, Programmieren, Projektmanagement, Prozesse dokumentieren, Psychologische Fähigkeit, Putzen.

Qualifizieren, Quantifizieren, Querdenken.

Ratgeber, Räumliches Denken, Rechnen, Recherchieren, Reden, Reduzieren, Reisen, Reparieren, Repräsentieren, Restaurieren, Retten, Rezitieren, Risiken abschätzen, Routinen abarbeiten.

Sammeln, Scharfsinn, schauspielerisches Können, Schlagfertigkeit, Schlichten, Schnell arbeiten, Schnelle Auffassungsgabe,

Schnelle Entscheidungen treffen, Schöpferisch arbeiten, Schreiben, Schützen, Selbstreflexion,

Sinn für Dringlichkeit, Sinn für Schönes,

Sofort handeln, Sport, Stilsicherheit,

Sprachliches Ausdrucksvermögen, Storytelling, Störungen beseitigen, Strategisches Denken, Strukturen erkennen, Strukturieren, Studieren, Systematisch aufbauen.

Fähigkeiten

Taktieren, Tanzen, Teamkompetenzen, Technisches Verständnis, Texte schreiben, Theorien und Konzepte entwickeln, Trainieren.

Überzeugen, Unterstützen, Urteilsvermögen.

Verantwortung übernehmen, Verbessern, Verbinden, Veränderungen begleiten, Veränderungen einleiten, Verhandeln, Verkaufen, Verknüpfen, Vermarkten, Vertrauen aufbauen, Verwerten, Vision aufbauen und ausmalen, Visualisieren, Vorausdenken, Vorteile darstellen können, Vortragen.

Wiederverwerten, Wirtschaften.

Zahlenverständnis, Zeichnen, Zeitmanagement, Zuhören, Zusammenbringen, Zusammenfassen, Zusammenstellen.

Meine TOP TEN - Fähigkeiten

1 .

6 .

2 .

7 .

3 .

8 .

4 .

9 .

5 .

10 .



Meine Kompetenzen

Kompetenz

Das Wort selbst entspringt dem Lateinischen „competentia“ und „competere“, was so viel wie „Eignung“ und „zusammentreffen, ausreichen, zu etwas fähig sein“ bedeutet.

Ganz grundlegend wird unter Kompetenz die kognitive Fähigkeit und Fertigkeit eines Individuums zur praktischen Lösung eines spezifischen Problems oder Problembereiches verstanden, die variabel einsetzbar ist.

Um den Kompetenzbegriff handhabbar zu machen, lassen sich Kompetenzen aus Sicht der Personalentwicklung wie folgt abgrenzen:

Kompetenzen sind Bündel von Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, die relevant sind für die berufliche Leistung, hinreichend messbar bzw. beobachtbar sind und sich im Rahmen der Personalentwicklung entwickeln lassen.

Kompetenzklassen



Personale Kompetenzen

(Handeln an sich selbst). Hierzu gehören die Kompetenzen, "reflexiv selbstorganisiert zu handeln", also Selbsteinschätzung, die Entfaltung von Einstellungen, Motivation und die persönliche Entwicklung.



Sozial-kommunikative Kompetenzen

(Handlung an der sozialen Umwelt). Dies umfasst alle Kompetenzen, kommunikativ und kooperativ zu handeln, sich mit anderen auseinanderzusetzen und sich beziehungsorientiert zu verhalten.



Fachlich-methodische Kompetenzen

(Handlung an der gegenständlichen Umwelt). Hierzu gehören alle Kompetenzen zur Lösung von sachlich-gegenständlichen Problemen, was sowohl Kenntnisse, Methoden und deren Weiterentwicklung umfasst.



Aktivitäts- und umsetzungsorientierte Kompetenzen

(Grundlagen des Handelns). Diese Kompetenzen sind die Grundlage für die Integration der anderen Kompetenzen mit dem eigenen Willensantrieb und umfasst das Ingangsetzen und nachhaltige Durchführen von Handlungen.

Personale Kompetenzen

Personale Kompetenzen

ANPASSUNGSFÄHIGKEIT:

Ich kann mich auf veränderte Bedingungen einlassen und komme mit wechselnden Situationen gut zurecht. Auf neue Herausforderungen reagiere ich angemessen; ich kann mich gut in neue Teams einfügen.

AUFTRETEN:

Ich kann der Situation entsprechend souverän, vertrauenswürdig und überzeugend auftreten. Ich kenne meine persönliche Wirkung und kann sie bewusst für eine erfolgreiche Präsentation einsetzen.

AUSDAUER – DURCHHALTEVERMÖGEN:

Ich kann mit schwierigen Bedingungen wie beispielsweise großem Druck, Widerständen, Störungen, usw. konstruktiv umgehen; ebenso kann ich auch über längere schwierige Phasen eine gute und erfolgreiche Leistung erbringen.

AUTHENTIZITÄT:

Auf Grund meines natürlichen Verhaltens bin ich für die Menschen in meinem Umfeld eine glaubwürdige und achtbare Person. Ich weiche bestimmten Situationen weder aus noch verstelle ich mich anderen gegenüber; ich versuche immer, ich selbst zu sein.

Personale Kompetenz

DURCHSETZUNGSVERMÖGEN:

Ich kann selbstbewusst eine eigenständige, von anderen abweichende Meinung vertreten und dabei plausibel argumentieren. Ich kann auch Strategien entwickeln, um meiner Position Geltung zu verschaffen, auch gegen die Interessen anderer.

EIGENVERANTWORTUNG:

Ich weiß, dass ich für mein Leben und meine Entscheidungen selbst verantwortlich bin. Das heißt auch, dass jede Situation in meinem Leben durch mein Handeln entscheidend mitgestaltet wird.

ENTSCHEIDUNGSFÄHIGKEIT:

Ich kenne meinen eigenen Entscheidungsspielraum und die damit verbundene Verantwortung. Ich hole mir Informationen, entwickle Alternativen, kann Prioritäten setzen und in einer angemessenen Zeit eine Lösung finden; dabei berücksichtige ich auch die möglichen Folgen.

FÄHIGKEIT ZUR SELBSTREFLEXION:

Ich bin in der Lage, meine Ziele und meine Handlungen kritisch zu hinterfragen. Dabei kann ich Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge erfassen. Ich kenne meine Stärken und Schwächen. Konstruktive Kritik verstehe ich als Chance zur eigenen Weiterentwicklung und hole mir auch eigeninitiativ Rückmeldungen ein.

Personale Kompetenz

FÄHIGKEIT, SICH IN STRUKTUREN BEWEGEN ZU KÖNNEN:

Ich kann den Aufbau von Organisationen erkennen und auch, wo ich die für mich wichtigen Informationen finde. Ich kann meinen Platz erkennen und mich entsprechend meiner Position verhalten.

FLEXIBILITÄT:

Ich kann mein gewohntes Denken und Handeln an neue veränderte Situationen anpassen. Ebenso kann ich neue Aufgaben, Herausforderungen annehmen und mich ohne Angst mit Ihnen auseinandersetzen.

INITIATIVE ERGREIFEN KÖNNEN:

Ich unternehme selbständig etwas; ich bleibe nicht bei Ideen und Wünschen stehen, sondern setze sie auch in die Tat um. Ich handle aus Freude an meiner Tätigkeit und meinen Fähigkeiten und aus eigenem Antrieb.

KREATIVITÄT:

Ich bin experimentierfreudig und bereit, neue Wege zu gehen. Ich kann unkonventionelle, ungewöhnliche neue Ideen entwickeln und dementsprechend umzusetzen. Ich bin einfallsreich, habe Phantasie und probiere gerne auch Neues aus.

Personale Kompetenz

LEISTUNGSBEREITSCHAFT:

Ich bin bereit, Arbeitsaufgaben freiwillig und motiviert zu übernehmen und dabei hohes Engagement zu zeigen. Dabei kann ich sowohl qualitativ als auch quantitativ gute Ergebnisse erbringen, ohne mich von Misserfolgen entmutigen zu lassen. Ich kann mich immer wieder neu motivieren, auch nach Rückschlägen.

LERNBEREITSCHAFT:

Ich bin Neuem gegenüber aufgeschlossen und lerne aus meinen Erfolgen und auch Misserfolgen. Ich habe großes Interesse an neuen Entwicklungen und Informationen, dazu kann ich mir innerhalb eines angemessenen Zeitraums neues Wissen und Fähigkeiten aneignen.

LOGISCHES DENKEN:

Aus vorliegenden Fakten ziehe ich richtige Folgerungen. Ich kann Zusammenhänge schnell erfassen und auf den Punkt bringen. Ich kann rasch und genau mit Zahlen umgehen.

SELBSTBEHAUPTUNG:

Ich bin von meinen Fähigkeiten überzeugt und fühle mich den mir gestellten Anforderungen gewachsen. Ebenso bin ich mir meiner eigenen Bedürfnisse und Ziele bewusst, kann sie selbstbewusst ausdrücken und auch gegen die Meinungen und Interessen anderer vertreten. Dabei grenze ich mich klar von anderen ab

Personale Kompetenz

SELBSTSTEUERUNG:

Ich kann Arbeitsaufgaben und Zuständigkeiten für mich in meinem Umfeld selbstständig erkennen und Schritte zu ihrer Umsetzung entwickeln. Auf der Grundlage meiner persönlichen Ziele plane und organisiere ich meinen Tagesablauf; hierbei nutze ich verantwortlich meine individuellen Ressourcen. Ich Sorge neben meinen Arbeitsanforderungen für Ausgleich und Entspannung, um meine eigene Gesundheit zu pflegen.

SORGFALT:

Ich erledige Arbeitsaufträge gewissenhaft, gründlich, vollständig und verlässlich. Hierbei wahre ich auch den Überblick, achte ich auf geordnete Unterlagen und auf die Dokumentation von Vorgängen und wichtigen Details.

VERANTWORTUNGSBEREITSCHAFT:

Ich kann die Folgen meiner Entscheidungen abschätzen und mir ein selbständiges Urteil bilden. Ich handle daher umsichtig und überlegt, kann initiativ Aufgaben übernehmen, Entscheidungen treffen und für die Konsequenzen die Verantwortung intern und extern übernehmen.

VERBALES AUSDRUCKSVERMÖGEN:

Gedanken, Pläne, Ziele, Präsentationen kann ich auf den Punkt bringen und diese für andere verständlich und präzise erklären. Ich beschränke mich hierbei zwar auf das Wesentliche, drücke mich dennoch vollständig und klar aus. Hierfür steht mir mein umfangreicher Wortschatz zur Verfügung. Ich bilde grammatikalisch korrekte und vollständige Sätze und kann auf ein gewisses Maß an Schlagfertigkeit zurückgreifen.

ZIELORIENTIERTES HANDELN:

Ich setze mir anspruchsvolle und erreichbare Ziele mit geeigneten Realisierungsschritten. Ich kann auch zusammen mit anderen Ziele entwickeln und vereinbaren. Zudem verliere ich auch in schwierigen Situationen oder sich verändernden Rahmenbedingungen die Ziele nicht aus den Augen und verfolge sie weiterhin im gegebenen Zeitrahmen mit Engagement.

Meine TOP FIVE - Personalen Kompetenzen

1 .

2 .

3 .

4 .

5 .

SOZIAL-KOMMUNIKATIVE KOMPETENZEN

SOZIAL- KOMMUNIKATIVE KOMPETENZEN

Aktionismus/Tatkraft: Fähigkeit, tatkräftig zu handeln

Anpassungsfähigkeit: Fähigkeit, sich Menschen und Verhältnissen anzupassen

Begeisterungsfähigkeit: Fähigkeit, andere für Ziele und Ideen zu gewinnen

Beharrlichkeit/Durchhaltevermögen: Fähigkeit, beharrlich zu handeln; eine begonnene Aufgabe auch unter erschwerten Umständen zu Ende zu führen

Belastbarkeit: Fähigkeit, unter äußeren und inneren Belastungen zu handeln

Beziehungsmanagement: Fähigkeit, persönliche und arbeitsbezogene Beziehungen zu gestalten

Beziehungsorientierung: Fähigkeit, sich auf das Gegenüber einzustellen

Dialogfähigkeit/Kundenorientierung: Fähigkeit, sich auf andere im Gespräch einzustellen

Differenzierungsvermögen: Fähigkeit, zu unterscheiden

Disziplin: Fähigkeit, in gebilligter Disziplin zu handeln

Durchsetzungsstärke: Fähigkeit, eigene Vorhaben gegenüber den Vorhaben anderer zu realisieren

Eigenverantwortung/Verantwortungsbewusstsein: Fähigkeit, umsichtig, folgebewusst und verantwortlich zu handeln

Einsatzbereitschaft/Engagement: Fähigkeit, mit vollem Einsatz zu handeln

Entscheidungsfähigkeit: Fähigkeit, Unsicherheit durch das Schaffen neuer Tatsachen zu beenden, entscheidet aktiv zwischen unterschiedlichen Handlungsmöglichkeiten

Empathie/Einfühlungsvermögen: Fähigkeit, sich in die Lage anderer hinein zu fühlen und Vertrauen zu gewinnen

Entwicklungsbereitschaft: Fähigkeit, persönliche Anlagen oder Fähigkeiten auszubilden

Flexibilität: Fähigkeit, sich auf veränderte Bedingungen einzustellen

Ganzheitliches Denken: Fähigkeit, ganzheitlich zu denken und zu handeln

SOZIAL- KOMMUNIKATIVE KOMPETENZEN

Hilfsbereitschaft: Fähigkeit, anderen Hilfe zu leisten

Humor: Fähigkeit, sich und andere „von außen“ und relativierend zu betrachten

Initiative/Selbstmotivation: Fähigkeit, Handlungen aktiv (intrinsisch begründet) zu beginnen

Interkulturelle Kompetenz: Fähigkeit, angemessen und erfolgreich mit Menschen fremder Kulturen umzugehen

Intrinsische Motivation: Fähigkeit, eine Tätigkeit aus innerem Anreiz auszuführen

Kommunikationsfähigkeit: Fähigkeit, mit anderen erfolgreich zu kommunizieren; Informationen auszutauschen

Konfliktbereitschaft: Fähigkeit, Diskussionen oder Streitigkeiten einzugehen und auszutragen

Konfliktlösungsfähigkeit: Fähigkeit, bestehende Konflikte auszuräumen und auch unter Konflikten erfolgreich zu handeln

Konsequenz: Fähigkeit, folgerichtig, zielstrebig und entschlossen zu handeln

Kreativität/Schöpferische Fähigkeit: Fähigkeit, schöpferisch (kreativ) zu handeln

Kritisches Denken: Fähigkeit, Sachverhalte, Themen oder Probleme zu verstehen und darüber in Bezug auf Normen und Werte zu urteilen

Leistungsbereitschaft (Fleiß): Fähigkeit, konzentriert und unermüdet zu handeln

Lernbereitschaft: Fähigkeit, gern und erfolgreich zu lernen

Lösungsorientierung/Problemlösungsfähigkeit: Fähigkeit, Problemlösungen erfolgreich zu gestalten; Probleme hinsichtlich möglicher Lösungen zu betrachten

Loyalität: Fähigkeit, redlich zu handeln; aus Zugehörigkeit und Verbundenheit gegenüber anderen zu handeln

Mobilität: Fähigkeit, geistig und körperlich beweglich zu handeln

Motivationsfähigkeit: Fähigkeit, andere auf Ziele hin zu orientieren

Normativ-ethische Einstellung: Fähigkeit, ethisch zu handeln, kritisch und moralisch zu urteilen

SOZIAL- KOMMUNIKATIVE KOMPETENZEN

Offenheit: Fähigkeit, Veränderungen als Lernsituationen zu verstehen und entsprechend zu handeln

Optimismus: Fähigkeit, zuversichtlich zu handeln

Pflichtbewusstsein/Pflichtgefühl: Fähigkeit, verantwortungsbewusst zu handeln

Positive Grundhaltung: Fähigkeit, primär Gutes und Schönes wahrzunehmen oder zu erwarten

Reflexionsvermögen: Fähigkeit, Sachverhalte, Probleme oder eigene und fremde Handlungen zu analysieren, durchzudenken und hinreichend zu verstehen

Risikobereitschaft: Fähigkeit, Unsicherheiten in Kauf zu nehmen

Selbstachtsamkeit/Selbstfürsorge: Fähigkeit, eigene physische und psychische Ressourcen sowie deren Grenzen wahrzunehmen und zu respektieren

Selbstbewusstsein: Fähigkeit, eigene Belange und Bedürfnisse zu kennen, zu verfolgen und eigene Erfolge wertzuschätzen

Selbstkritikfähigkeit/Kritikfähigkeit, auf sich bezogen: Fähigkeit, mit Kritik anderer konstruktiv umzugehen, eigenes Fehlverhalten und Verbesserungsmöglichkeiten zu erkennen oder gegenüber anderen offen einzugestehen

Selbstmanagement: Fähigkeit, das eigene Handeln zu gestalten

Soziales Engagement: Fähigkeit, sozial tatkräftig zu handeln

Teamfähigkeit: Fähigkeit, in und mit Teams erfolgreich zu arbeiten

Toleranz: Fähigkeit, alternative Lebens- und Denkweisen anderer zu respektieren

Überzeugungskraft: Fähigkeit, andere für ein Produkt, ein Projekt, ein Team oder ein Unternehmen zu gewinnen bzw. zu begeistern

Wertschätzende Haltung: Fähigkeit, anderen respektvoll zu begegnen

Zielorientiertes Führen/Zielorientierung: Fähigkeit, andere auf Ziele hin zu orientieren

Zuverlässigkeit: Fähigkeit, zuverlässig zu handeln, Aufgaben vertrauenswürdig zu behandeln

Meine TOP FIVE
SOZIAL-
KOMMUNIKATIVE
KOMPETENZEN

1 .

2 .

3 .

4 .

5 .

AKTIVITÄTS- UND UMSETZUNGSORIENTIERTE KOMPETENZEN

ANALYSEFÄHIGKEIT:

Ich kann umfangreiche und komplexe Zusammenhänge in kurzer Zeit erfassen und ordnen, das Wesentliche herausfiltern und allgemein verständlich darstellen.

BEURTEILUNGSVERMÖGEN:

Ich besitze die Fähigkeit, aus einer angemessenen Distanz heraus Situationen, Personen bzw. Vorgänge zu erfassen und objektiv und sachlich so einzuschätzen, dass daraus Konsequenzen gezogen werden können.

FÄHIGKEIT ZU DELEGIEREN:

Ich kann unterscheiden zwischen Aufgaben, die ich an andere weitergeben kann und solchen, die ich selbst erledigen muss. Ich kann die individuellen Fähigkeiten anderer erkennen und daher die Aufgaben entsprechend der jeweiligen Stärken weitergeben. Ich vertraue auf die Fähigkeiten anderer und darauf, dass sie ihre Aufgaben eigenständig bearbeiten und selbst verantworten.

FÄHIGKEIT ZU KONTROLLIEREN:

Ich kann Aufgaben, die überprüft werden müssen, erkennen und dafür ein notwendiges Maß an Kontrolle durchführen, ohne dabei misstrauisch zu sein.

KONZEPTIONELLE FÄHIGKEITEN:

Ich kann eine Situation erfassen und adäquate Schlussfolgerungen daraus ziehen. Ich kann Ideen und Vorstellungen in Ziele und Inhalte übersetzen und dazu passende Handlungsschritte entwickeln. Dabei beziehe ich auch die vorhandenen Rahmenbedingungen mit ein.

KUNDENORIENTIERUNG:

Ich kann die Bedürfnisse von Kunden / Partnern usw. erkennen und im Sinne von Service und Qualität angemessen damit umgehen. Ich bringe meinen Kunden Wertschätzung entgegen; dabei vernachlässige ich weder meine Interessen noch die meiner Kunden.

NUTZEN VON WISSEN UND INFORMATION: Ich weiß, dass ich nicht alles wissen muss; ich weiß jedoch, wo ich welche Informationen finde. Dabei kann ich Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden. Ich habe den Überblick über die Aufgaben / Interessen der anderen und kann ihnen meine Informationen in geeigneter Form zur Verfügung stellen.

ORGANISATIONSFÄHIGKEIT- PLANEN:

Ich kann Ziele in Arbeitsaufgaben umsetzen und dabei die verfügbaren Ressourcen optimal einbauen. Dabei beziehe ich Erfahrungen aus der Vergangenheit mit ein und berücksichtige auch zukünftige Entwicklungen. Ich kann verschiedene Arbeitsaufgaben miteinander koordinieren und in eine sinnvolle Abfolge bringen.

ORGANISATIONSFÄHIGKEIT- PLANEN: Ich kann Ziele in Arbeitsaufgaben umsetzen und dabei die verfügbaren Ressourcen optimal einbauen. Dabei beziehe ich Erfahrungen aus der Vergangenheit mit ein und berücksichtige auch zukünftige Entwicklungen. Ich kann verschiedene Arbeitsaufgaben miteinander koordinieren und in eine sinnvolle Abfolge bringen.

PROBLEMLÖSEFÄHIGKEIT:

Ich kann erkennen, was ein Problem zu einem Problem macht; dabei kann ich die Zusammenhänge von Ursache und Wirkung erkennen. Darauf aufbauend ist es mir möglich, die mit dem Problem verbundenen Chancen und Risiken zu erkennen und zu bewerten sowie geeignete Lösungen zu entwickeln und dabei auch die Beteiligten einbeziehen.

RISIKOBEREITSCHAFT:

Ich bin bereit, neue und noch nicht gesicherte Wege zu gehen. Dabei gehe ich allerdings bedacht vor: Ich kann die gegebenen Situationen sachgerecht beurteilen, hole mir Informationen und beziehe Fachleute bei der Entscheidung mit ein. Auf dieser Grundlage wäge ich die Chancen und Risiken ab und riskiere durchaus auch einen Misserfolg, wenn er neue Erfahrungen ermöglicht.

STRESSBEWÄLTIGUNG – BELASTBARKEIT:

Ich lasse mich auch bei hoher Arbeitsbelastung nicht aus der Ruhe bringen, sondern gehe meine Aufgaben systematisch und konzentriert an. Das heißt für mich, dass ich in der Stresssituation selbst kontrolliert und emotional stabil bleiben kann und möglichst gleich bleibende Leistung erbringe. Den erlebten Stress baue ich aber auch über geeignete (z.B. sportliche) Aktivitäten ab.

AKTIVITÄTS- UND UMSETZUNGSORIENTIERTE KOMPETENZEN

STRESSBEWÄLTIGUNG – BELASTBARKEIT: Ich lasse mich auch bei hoher Arbeitsbelastung nicht aus der Ruhe bringen, sondern gehe meine Aufgaben systematisch und konzentriert an. Das heißt für mich, dass ich in der Stresssituation selbst kontrolliert und emotional stabil bleiben kann und möglichst gleich bleibende Leistung erbringe. Den erlebten Stress baue ich aber auch über geeignete (z.B. sportliche) Aktivitäten ab.

VERÄNDERUNGEN INITIIEREN UND UMSETZEN:

Ich bin offen gegenüber Neuem und Unbekanntem. Veränderungen sehe ich als Chancen für die Zukunft. Ich entwickle gerne neue Visionen und bin mir über die neuen Bedingungen und damit verbundenen neuen (Lösungs-)Wege im Klaren. Ich treibe Veränderungen voran, ohne dabei die anderen Beteiligten aus dem Blick zu verlieren.

ZEITMANAGEMENT:

Ich löse gestellte Aufgaben und Ziele im vereinbarten Zeitrahmen. Für größere Projekte entwickle ich stets einen Zeitplan und halte diesen ein. Des Weiteren achte ich aber auch darauf, mir Zeiträume für Erholungsphasen einzuräumen.

ZUKUNFTSFÄHIGKEIT – VORAUSSCHAUENDES DENKEN:

Ich sehe die zukünftige Entwicklung als Herausforderung. Ich kann durch selbst eingeholte Informationen und eigene Überlegungen zukünftige Entwicklungen einschätzen und dementsprechend vorausschauend handeln. Mein Verhalten passe ich an meine eigene Zukunftsvision an.

Meine TOP FIVE
AKTIVITÄTS-UND
UMSETZUNGS-
ORIENTIERTE
KOMPETENZEN

1 .

2 .

3 .

4 .

5 .

FACHLICH- METHODISCHE KOMPETENZEN



SCHRIFTLICHES AUSDRUCKSVERMÖGEN

Meine Schriftsprache ist sehr deutlich und verständlich. Ich verfüge über einen umfangreichen Wortschatz und Stilsicherheit, die eine situationsgerechte Wortwahl garantieren.



UMWELTBEWUSSTSEIN

Ich eigne mir das nötige Wissen an, um verantwortungsbewusst die Umwelt zu schützen und Verhalten mit schädlicher Wirkung auf die Umwelt zu unterlassen.

MEINE
WEITEREN
BERUFLICH-
FACHLICHE
KOMPETENZEN:



Berufsweg- und Karriere - Beratung

Sinn, Freude und Erfolg im Job - Machen Sie mit Ihrem Ausdruck Eindruck!

Karriere - Coaching

Strategie, Positionierung und Erfolg - Seien Sie Sie selbst, alle anderen gibt es schon!

Personal Branding "Marke Ich" - Beratung & Coaching

Selbstvermarktung - Strahlen Sie aus, was in Ihnen brennt!

Image - Beratung & Coaching

Präsenz und Wirkung optimieren - Ihr Auftritt ist der Eintritt zum Erfolg

Profil- und Website-Erstellung/-Optimierung

Nur was rund ist, kann auch rollen: Wir formen Ihr Profil für einen guten Lauf!

**Profitieren Sie
von unserem
Know How**

**Persönlichkeit
fängt da an,
wo der Vergleich
aufhört**

(Karl Lagerfeld)

Petra Schreiber

Step and Talk

Waldstr. 2a

61389 Schmitten/Oberreifenberg

06082/924417

info@step-and-talk.de

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!