

Übung 2 – Welche Möglichkeiten stehen mir offen?



pixabay, Karolina Grabowska

Bei dieser Übung geht es primär darum, jene formalen und informellen Kompetenzen herauszufiltern, die Sie in Hinblick auf Ihre schulische und/oder berufliche Aus- und Weiterbildung, in der Arbeit, bei anderen Aktivitäten und im persönlichen Leben erworben haben. Welche Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kompetenzen haben Sie erworben? Was haben Sie gelernt bzw. erlernt? Wie und wo haben Sie sich dieses Wissen und diese Kenntnisse angeeignet? Etc.

Beantworten Sie die folgenden Fragen / Punkte für sich selbst und machen Sie sich dazu Notizen.

Berufsausbildung sowie schulische Ausbildung:

- Meine berufliche Grundausbildung:
- Zusätzliche Ausbildungs-, Trainings- und Schulungsmaßnahmen:
- Ausbildung am Arbeitsplatz:

Berufserfahrung und andere Tätigkeiten bzw. Aktivitäten:

- Welche Berufserfahrung habe ich gesammelt? (bezahlte Beschäftigung und unbezahlte Tätigkeiten, Freiwilligenarbeit, Beteiligung an Organisationen bzw. Mitwirkung im Unternehmen, ehrenamtliche Tätigkeit, Haushaltsführung, usw.)
- Wann, wo und wie lange habe ich diese Erfahrungen gewonnen?
- Was habe ich erledigt? Welche Aufgaben habe ich verrichtet?
- Wo habe ich die Kenntnisse, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kompetenzen, um meine Aufgaben zu erfüllen, erworben?
- Welches Wissen und welche Fähigkeiten habe ich selbst (weiter)entwickelt bzw. verbessert?
- Welche Aufgaben und Aktivitäten waren schwierig / einfach für mich? Warum?
- Was sagen Personen, die mich persönlich / beruflich kennen (ChefIn, MitarbeiterInnen, KundInnen, Familienmitglieder) über mich?

Resultierende Kenntnisse, Fähigkeiten und Kompetenzen:

- Über welche Schlüsselkompetenzen / Kompetenzen verfügen Sie zum jetzigen Zeitpunkt?
- Wo und wie haben Sie diese (weiter)entwickelt bzw. erworben?
- Wie würden Sie selbst diese Fähigkeiten / Kompetenzen einschätzen?
- Wie bewerten andere Personen diese Fähigkeiten / Kompetenzen?