

## Standort: Deine starken Seiten

### Arbeitsblatt 1: Checkliste - Deine persönlichen Stärken

Zu deinen starken Seiten zählen deine **persönlichen** Stärken und deine **beruflichen** Stärken. Schau dir hier erst einmal mögliche persönliche Stärken an.

Lies dir die Merkmale, also die persönlichen Stärken, mit der dazu gehörigen Beschreibung durch. Entscheide dann, wie stark das Merkmal bei dir ausgeprägt ist. Gib Punkte und kreuze an, wie du das Merkmal bei dir einschätzt.

**1 Punkt = gar nicht ausgeprägt bis 5 Punkte = sehr stark ausgeprägt.**

Besprich das Ergebnis mit deinem Lehrer und zeige die ausgefüllte Checkliste auch deinen Eltern.

Wie ist deren Meinung? Höre dir ihre Meinung an, aber ändere dein Ergebnis nicht ab, wenn deine Eltern eine andere Einschätzung haben, sondern denke darüber einfach nur mal darüber nach, warum sie eine andere Meinung haben.

Merkmal	Beschreibung	Ausprägung 1 = gar nicht ausgeprägt 2 = wenig ausgeprägt 3 = durchschnittlich ausgeprägt 4 = stark ausgeprägt 5 = sehr stark ausgeprägt  1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Anpassungsvermögen</b>	Ich kann gut mit ganz unterschiedlichen Menschen zurechtkommen und kann mich schnell an wechselnde Situationen anpassen.	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Auffassungsvermögen</b>	Ich kann Neues schnell verstehen.	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Aufgeschlossenheit</b>	Ich spreche gerne mit Menschen, die andere Gedanken und Meinungen haben als ich, und ich bin Menschen aus anderen Kulturkreisen gegenüber aufgeschlossen.	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>



<b>Auftreten</b>	Ich trete sicher auf, bin höflich und freundlich.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Ausdauer</b>	Ich kann eine Arbeit so lange machen, bis sie fertig ist, auch wenn sie keinen Spaß macht.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Begeisterungsfähigkeit</b>	Ich kann mich schnell für etwas begeistern, zum Beispiel für eine gute Idee.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Belastbarkeit</b>	Ich kann gut mit Schwierigkeiten und Problemen zurecht kommen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Eigeninitiative</b>	Ich habe eigene Ziele und verwirkliche sie auch ohne Hilfe von anderen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Entscheidungsfähigkeit</b>	Ich kann mich schnell entscheiden und werfe die Entscheidung auch nicht sofort wieder um.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Zuhören können</b>	Ich kann anderen Menschen gut und geduldig zuhören.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Hilfsbereitschaft</b>	Ich helfe gern, wenn jemand Hilfe benötigt.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Impulsivität</b>	Ich handele häufig spontan.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Kommunikationsfähigkeit</b>	Ich kann überzeugend reden, andere mitreißen und mich im Gespräch auf andere einstellen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Kompromissbereitschaft</b>	Ich kann gut damit umgehen, wenn mir jemand sagt, dass ich Unrecht habe und wir anders handeln müssen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Kontaktfähigkeit</b>	Ich lerne leicht andere Menschen kennen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Kreativität</b>	Ich habe gute neue Ideen.	<b>1</b> <b>2</b> <b>3</b> <b>4</b> <b>5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>



<b>Kritikbereitschaft</b>	Ich finde es nicht schlimm, wenn es mir jemand sagt, wenn ich einen Fehler gemacht habe.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Leistungsbereitschaft</b>	Ich habe den Ehrgeiz, Anforderungen auch zu erfüllen.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Lernbereitschaft</b>	Ich lerne gerne etwas Neues.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Organisationsfähigkeit</b>	Ich kann gut planen und im voraus organisieren, das hilft mir oft weiter.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Risikobereitschaft</b>	Ich gehe gerne ein Risiko ein, wenn ich etwas dabei gewinnen kann.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Selbstbewusstsein</b>	Ich weiß, was ich will und was ich kann, und finde das prima.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Selbstdisziplin</b>	Ich kann vernünftig arbeiten, auch wenn ich mal keine Lust habe und mich dazu zwingen muss.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Selbstsicherheit</b>	Ich glaube, dass ich mit vielen Dingen gut zurecht komme.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Selbstständigkeit</b>	Ich arbeite gerne nach meinen eigenen Vorstellungen und führe die Aufgaben auch alleine durch.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Teamfähigkeit</b>	Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Überzeugungskraft</b>	Ich habe in Diskussionen häufig gute Argumente, die auch andere überzeugen.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Zielstrebigkeit</b>	Ich versuche konsequent zu erreichen, was ich mir vorgenommen habe.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Zuverlässigkeit</b>	Ich bin jemand, auf den andere sich verlassen können.	<b>1 2 3 4 5</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Quelle für Merkmale: **JOBPROFI**

