

Mein persönliches Profil Selbsteinschätzung und Fremdeinschätzung	
Vorgehen Zu Hause	10 min 60 min
Ziele: <ul style="list-style-type: none"> • Reflektieren der eigenen Person <ul style="list-style-type: none"> ○ Wissensstand, Interessen, eigene Stärken und deren Ausprägungen ○ Schwächen kennen • Abgleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung - Hausaufgabe 	

Wo stehe ich?
Fachlich <ul style="list-style-type: none"> • Schule • Ausbildung • Studium/Semester • ...
Erfahrungen <ul style="list-style-type: none"> • Wie alt bin ich? • Arbeitserfahrungen • Lebenserfahrungen • ...

Was kann ich?
Meine fachlichen Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> • Was studiere ich? • Welche Schwerpunkte habe ich gelegt? • Was interessiert mich besonders? • Welche praktischen Erfahrungen habe ich vorzuweisen? • Welches ehrenamtliche Engagement kann ich einbringen? • Welche Nebentätigkeiten kann ich einbringen? • Welche sonstigen fachlichen Kompetenzen habe ich? <ul style="list-style-type: none"> ○ IT (z.B. Programmierkenntnisse, CAD, Projektmanagement-Tools ...) ○ Methodenkompetenzen, Beratungskompetenzen (systemische Beratung, ...) • ...
Zusatzqualifikationen/weitere Kenntnisse <ul style="list-style-type: none"> • Computerkenntnisse (Office) • Sprachkenntnisse/Auslandserfahrungen/interkulturelle Kompetenzen • Führerschein, Gruppenleitung... • ...

Wer bin ich?

- Welche Interessen habe ich?
- Warum studiere ich genau das?
- Warum in Esslingen?
- Welche Werte haben für mich Bedeutung/prägen mich bzw. mein Leben?
- Was ist mir wichtig?
- Was motiviert mich wirklich? Was erledige ich aus eigenem Antrieb?
- Welche Erfolge konnte ich schon für mich verbuchen?
- Was kann ich nach Meinung anderer besonders gut?
- Wo sind meine „Handicaps“?
- In welchen Situationen fühle ich mich eher unwohl?
- ...

- Wie würde ich mich beschreiben?

	--	-	0	+	++
• Zuverlässig					
• Organisiert					
• Ordentlich					
• Kreativ					
• Verlässlich					
• Sorgfältig					
• Schnell					
• Strategisch					
• Selbständig					
• Belastbar					
• Flexibel					
• Verantwortungsbewusst					
• Motiviert					
• Konzentriert					
• Lösungsorientiert					
• Teamfähig					
• Hilfsbereit					
• Kontaktfreudig					
• Kommunikativ					
• Empathisch					
• Konfliktfähig					
• Kritikfähig					
• Spezialisiert					
• Genau					
• Überblickend					
• Ruhig					
• Engagiert					
• Praktisch veranlagt					

- Was sagen andere über mich?
 - Freunde
 - Familie
 - Kollegen

- Stärken
- Schwächen

- Wie gehe ich damit um?
- Wann habe ich diese?

Ziele

Wo will ich hin? /Was will ich?

- Branche
- Unternehmen/Einrichtungen
- Unternehmens-/Einrichtungsgröße
- Tätigkeiten
- Region

Was will ich nicht?

Aspekt Lebensphasen

- Heute
- Morgen
- In 10 Jahren?
- Was wollte ich mal?

Wovon träume ich?

- Privat?
- Beruflich?
- Ganz geheim?

Notizen