

## Arbeitsmaterialien zu: Kompetenzen sichtbar machen

### **Arbeitsblatt 1: Beschäftigungen**

Rufen Sie sich alle bisherigen Beschäftigungen – bezahlt oder unbezahlt, ehrenamtlich oder im Rahmen eines Dienstverhältnisses – Aushilfsarbeiten, reguläre Dienstverhältnisse, Praktika, Probemonate, selbstständige Arbeiten, Werkverträge, Freundschaftsdienste, etc. in Erinnerung. Beschreiben Sie die Tätigkeiten genau und schreiben Sie auf, welche Qualifikationen/ Kenntnisse/ Stärken Sie dafür eingesetzt haben bzw. welche Qualifikationen/ Kenntnisse/ Stärken Sie dabei erworben haben. Abschließend bewerten Sie noch, wie gut Sie diese Fähigkeiten beherrschen.

<b>Firma/ Betrieb/ Verein</b>	<b>Tätigkeiten</b>	<b>Berufliche und persönliche Qualifikationen/ Kenntnisse /Stärken</b>	<b>Wie gut beherrsche ich diese Fähigkeit?  Einschätzung mit Schulnoten  1-5</b>
z.B. Supermarkt	z.B. Kassa Tagesabrechnungen Regalbetreuung	z.B. Umgang mit Scannerkassen  Schnelligkeit  Genauigkeit  Kundenorientierung  Freundlichkeit  „kann anpacken“	2   1  1  1  1  1

**Arbeitsblatt 2: Ausbildungen**

Rufen Sie sich Ihre Berufsausbildung in Erinnerung: Pflichtschule, berufsbildende Schule, Lehre, AHS, Studium, etc. Beschreiben Sie, welche Qualifikationen, Stärken, Kenntnisse Sie in der Schul- und Studienzeit erworben bzw. eingesetzt haben. Abschließend bewerten Sie noch, wie gut Sie diese Fähigkeiten beherrschen.

Schulen, Ausbildungsstätten, Universitäten	Tätigkeiten, Inhalte	Berufliche und persönliche Qualifikationen, Stärken, Fähigkeiten	Wie gut beherrsche ich diese Fähigkeit? Einschätzung mit Schulnoten 1-5
z.B. Handelsschule	z.B. Prüfungen absolvieren Teilnahme am Deutschunterricht Teilnahme am Mathematikunterricht	z.B. ich kann Stress gut aushalten und in Stresssituationen bestehen Rechtschreibkenntnisse, Interesse für Literatur Gutes Zahlengefühl logisches Denkvermögen	1  1 2 1 2

### Arbeitsblatt 3: Weiterbildungen

Rufen Sie sich jede Art von Weiterbildung, Kurse, Seminare, Firmenschulungen, ... in Erinnerung. Beschreiben Sie, welche Qualifikationen, Kenntnisse, Stärken, Sie eingesetzt haben bzw. dabei erworben haben. Abschließend bewerten Sie noch, wie gut Sie diese Fähigkeiten beherrschen.

<b>Weiterbildung/ Kurs/ Seminar/ Einschulung/ Produktschulung/.....</b>	<b>Tätigkeiten/ Lehrinhalte</b>	<b>Berufliche und persönliche Qualifikationen/ Stärken/ Kenntnisse</b>	<b>Wie gut beherrsche ich diese Fähigkeit?  Einschätzung mit Schulnoten  1-5</b>
z.B. Computerkurs: Word	z.B. Erstellen von Geschäftsbriefen  Speichern und Wiederfinden von Dokumenten	z.B Gute Word Kenntnisse  Beherrschung des Zehnfingersystems  Layoutierung von Unterlagen	2  2  3

**Arbeitsblatt 4: Familie/Haushalt/Freizeit**

Rufen Sie sich alle Tätigkeiten in Erinnerung, die Sie im Haushalt, für Ihre Familie (auch weitere Familie) und Ihre Freunde/innen und Bekannte sowie in Ihrer Freizeit verrichtet haben. Beschreiben Sie welche Qualifikationen, Kenntnisse, Stärken, etc. Sie dafür eingesetzt haben. Abschließend bewerten Sie noch, wie gut Sie diese Fähigkeiten beherrschen.

<b>Familie/ Haushalt/ Freizeit</b>	<b>Tätigkeiten</b>	<b>Berufliche und persönliche Qualifikationen/ Kenntnisse und Stärken</b>	<b>Wie gut beherrsche ich diese Fähigkeit?  Einschätzung mit Schulnoten  1-5</b>
z.B. Gartengestaltung	z.B. Rasenmähen Unkraut jäten Gemüse -und Blumenbeete anlegen Obstbäume schneiden ernten tägliches Gießen	z.B. Technisches Verständnis körperliche Ausdauer Wissen über Pflanzensorten Wissen über Baumschnitt Kochrezepte für Marmeladen gute Zeiteinteilung	1 2 4 4 4 2 1