



## Fähigkeiten und Ressourcen

Im Laufe ihres Lebens, bei beruflichen Tätigkeiten, in der Freizeit oder in der Familie, bei ehrenamtlichen Engagements, etc. haben Sie sich ganz viele Kenntnisse und Fähigkeiten, man sagt auch Ressourcen, erworben. Viele sind nicht in Zeugnissen oder auf Diplomen erwähnt. Gehen Sie Ihr Leben durch und notieren Sie, was Sie aus den verschiedenen (wichtigen) Stationen Ihres Lebens mitgenommen haben oder was schon immer zu Ihren Stärken zählte.

Versuchen Sie, die Fähigkeiten einzuteilen in:

**FM** – Fachlich/Methodische Fähigkeiten In einem Fachgebiet anwendbar, Methoden, Arbeitstechnik, Problemlösungsfähigkeiten,

Bsp. Office-Anwendungen, Sitzungsleitung, Englisch-Korrespondenz, Präsentationstechnik

P - Persönliche Fähigkeiten Denkvermögen, Arbeitshaltung, persönliche Faktoren

Bsp. Offen für Neues, Geduldig sein, speditiv, Dienstleistungsbereitschaft, kreativ, belastbar, neugierig

**S** - Soziale Fähigkeiten Umgang mit anderen Menschen, Kommunikation

Bsp. Diplomaisch sein, im Team Verantwortung übernehmen, kooperativ.....

Die Zuteilung ist nicht immer eindeutig möglich, Fähigkeitsbereiche überschneiden sich.

## Beispiel:

Fähigkeit – Kenntnis – Ressource	Wie habe ich das bewiesen, wo gelernt	FM/P/S
Geduldig sein	Arbeit mit Senioren – Zivildienst – Luegisland	P
Excel, Word, Power-Point selbständig anwenden.	Mäder AG.	FM
Roatinierter Umgang mit Office-Anwendangen		
Logisches Denken	In die Wiege gelegt	P
Gekonnt formulieren	Artikel in der Fachzeitschrift des Verbandes	FM
Empfängergerecht kommunizieren		S
Diplomatisch sein	Mecano GmbH, Verhandlungen mit Kunden	8
Durchhaltevermögen	Tungfraujochmarathon	P
Offen für Neues	Viele Stellenwechse	P
Technisches Englisch	Mäder AG, Schreiben von Betriebsanleitungen	FM

Fähigkeit – Kenntnis - Ressource	Wie habe ich das bewiesen – wo gelernt	FM/P/S



Wie habe ich das bewiesen, wo gelernt	FM/P/S
	Wie habe ich das bewiesen, wo gelernt

