

SCHLÜSSELKOMPETENZEN ARBEITSMARKT: EIGENE BEISPIELE

Dieses Arbeitsblatt stammt aus: © Laufbahn-Portfolio für Stellensuchende, S&B, Bülach

Auftrag: Notieren Sie zu jeder Schlüsselkompetenz mindestens ein Beispiel aus Ihrer eigenen Arbeitstätigkeit.

Teamfähigkeit

Dazu gehören Fähigkeiten wie: in einer Arbeitsgruppe oder einem Team die eigene Arbeit mit den andern koordinieren, eigene Beiträge einbringen und sich flexibel verhalten: je nach Situation vortreten oder sich zurückhalten.

Beispiele:

Als Servicemitarbeiter in einem Restaurant arbeite ich so mit der Küche zusammen, dass die bestellten Speisen richtig, warm und möglichst rasch beim Gast sind.

Als Produktionsmitarbeiterin übergebe ich bei Schichtende alle nötigen Informationen an das Team der nächsten Schicht und plane dafür genügend Zeit ein, so dass Rückfragen gestellt werden können.

Als Sachbearbeiterin arbeite ich am besten, wenn die Abteilungsleiterin mir möglichst konkrete Aufgaben mit einem fixen Termin übergibt.

Meine eigenen Beispiele für Teamfähigkeit:

Personale Kompetenz

Dazu gehören Fähigkeiten wie: der gelassene Umgang mit Stress, ein gesundes Selbstvertrauen, Vertrauen in die andern sowie die Offenheit für neue Herausforderungen.

Beispiele:

Als Gipser gefällt es mir, wenn viel Arbeit ist und ich neue Aufgaben übernehmen kann.

Als Pflegehelfer in der Altenpflege kann ich auch in unvorhersehbaren Situationen und mit wenig Zeit meine Arbeiten in der erwarteten Qualität erledigen.

Meine eigenen Beispiele für Personale Kompetenz:

Kommunikation

Dazu gehören Fähigkeiten wie: andere ausreden lassen, den eigenen Standpunkt vertreten, nachfragen wenn etwas unklar ist, auf andere achten und sie respektieren.

Beispiele:

Als Bauarbeiter frage ich aktiv bei den verschiedenen Facharbeitern über den Stand der Arbeiten nach, so dass ich diesen Personen möglichst gut zuarbeiten kann.

Als Kassiererin im Detailhandel kann ich Fragen der Kunden kompetent beantworten. In heiklen Situationen wie z.B. bei Verdacht auf Diebstahl oder beim Alkoholverkauf an Jugendliche vertrete ich meinen Standpunkt klar und traue mich, die geltenden Regeln einzufordern.

Wenn ich als neuer Mitarbeiter die Bedienung eines Fahrzeuges zu wenig gut kenne, frage ich bei Vorgesetzten oder Kollegen nach Unterstützung.

Auch bei anspruchsvollen Gästen verstehe ich rasch, was sie von mir erwarten und kann danach handeln, so dass sie zufrieden sind.

Meine Art zu beraten, zu verkaufen und zu kommunizieren ist bei den Kunden sehr geschätzt und führt zu einer zuverlässigen Kundenbindung.

Meine eigenen Beispiele für Kommunikation:

Selbstmanagement:

Dazu gehören Fähigkeiten wie: selbstständig arbeiten, sich abgrenzen, sich motivieren und Ziele setzen können.

Beispiele:

Die aktive, selbstständige Aneignung von neuen Abläufen, Produkten und Branchenkenntnissen sind Teil meiner andauernden fachlichen Entwicklung.

Als Küchenhilfe beginne ich in ruhigeren Zeiten selbstständig mit der Erledigung von anstehenden Routine- und Reinigungsarbeiten.

Meinen Arbeitsplatz organisiere ich mir so, dass meine Arbeit schnell und in optimaler Qualität erledigt ist.

Die Arbeit in der Küche mache ich mit viel Freude und bin stolz darauf, dadurch etwas zum guten Ruf des Restaurants beizutragen.

Meine eigenen Beispiele für Selbstmanagement:

Problemlösefähigkeit:

Dazu gehören Fähigkeiten wie: Problemstellungen identifizieren, Prioritäten setzen, Vorgehensweisen und Arbeitsschritte planen.

Beispiele:

Bei Störungen an meiner Verpackungsmaschine kann ich so handeln, dass ein möglichst kleiner Produktionsausfall entsteht.

Bei kurzfristig auftretenden Problemsituationen finde ich passende Lösungen, die es ermöglichen, die Aufgabe trotzdem termingerecht und in guter Qualität zu erledigen.

Entstandene Fehler beim Kommissionieren erkenne ich rasch und kann diese korrigieren.

Als Servicemitarbeiterin kann ich Sonderwünsche der Gäste so entgegennehmen und anpassen, dass sie auch für die Küche machbar sind.

Meine eigenen Beispiele für Problemlösefähigkeit:

Flexibilität:

Dazu gehören Fähigkeiten wie: sich an Veränderungen anpassen, Ungewohntes tun, kreativ sein und Offenheit.

Beispiele:

Ich kann mich auch bei unklaren Rahmenbedingungen und noch unvollständigen Informationen zum Auftrag auf meine Arbeit konzentrieren und vertraue darauf, dass mein Vorgesetzter den Überblick behält.

Als Pflegehelferin stehe ich der Einführung einer neuen Patientendokumentation neugierig und interessiert entgegen.

Bei Grossandrang auf der Terrasse helfe ich als Zimmerfrau falls nötig gerne beim Abräumen der Tische mit.

Damit ein Umbau rechtzeitig fertig gestellt werden kann, bin ich bereit, Überstunden zu leisten.

Ich kann meine Ideen zur Optimierung des Reinigungsablaufes konstruktiv einbringen.

Meine eigenen Beispiele für Flexibilität:

Reflexionsfähigkeit:

Dazu gehören Fähigkeiten wie: über sich selbst nachdenken, die eigenen Vorgehensweisen und Denkmuster erkennen, sich selber realistisch einschätzen, Kritik annehmen und einordnen.

Beispiele:

Als Reinigungsmitarbeiterin mache ich jeweils selber die Qualitätskontrolle auf Sauberkeit, Vollständigkeit und den Gesamteindruck der gereinigten Büroräume.

Als Hilfsmonteur weiss ich genau, welche Arbeiten zwingend durch den ausgebildeten Elektromonteur ausgeführt werden müssen und bei welchen Installationen er meine Arbeit überprüfen muss.

Bei Aussagen von meinen Kollegen zu meiner Leistung und meiner Person höre ich gut zu und überlege mir was daran stimmen könnte. Ich verzichte auf eine Rechtfertigung.

Ich frage bei meinem Vorgesetzten auch mal nach um eine Rückmeldung zu einer konkreten Arbeit zu erhalten.

Meine eigenen Beispiele für Reflexionsfähigkeit:

Lernkompetenz:

Dazu gehören Fähigkeiten wie: Lernbereitschaft, die Zeit einteilen, Aufgaben und Themen strukturieren, sorgfältig und ordentlich sein, die Lernfortschritte überprüfen.

Beispiele:

Im Produktionsablauf kann ich feinste Arbeit exakt, sauber und innerhalb der Zeitvorgaben zu einem perfekten Resultat führen.

Wenn ich neue Arbeiten erklärt bekomme, mache ich mir Notizen, damit ich die Arbeit dann alleine korrekt erledigen kann.

Auch ausserhalb meiner Arbeitszeit beschäftige ich mich mit meinem Beruf, lese Bücher dazu und lerne so neue Sachen.

In einem Kurs verbessere ich meine Englischkenntnisse so, dass ich als Verkäuferin im Detailhandel besser auf die Wünsche und Fragen der Touristen eingehen kann.

Meine eigenen Beispiele für Lernkompetenz: