

Meine Schätze – Fähigkeiten, Erfahrungen, Kontakte bilanzieren

ANLEITUNG

Im Alltag erwerben wir die unterschiedlichsten Fähigkeiten. Zum Beispiel, wenn wir Probleme lösen, Neues ausprobieren, Krisen durchstehen, anspruchsvolle Aufgaben bewältigen, Konflikte austragen, ein Thema durchdringen oder Niederlagen erleben. Wir knüpfen aber auch neue Kontakte und Beziehungen, die unsere Möglichkeiten erweitern. Schließlich verändern wir uns im Laufe der Zeit auch als Menschen, indem wir neues Wissen erwerben, Verhaltensweisen dazugewinnen oder ablegen oder grundlegende Einsichten über uns selbst, andere Menschen oder unsere Arbeit gewinnen. Alle dadurch gewonnene „Schätze“ sind uns im Alltag jedoch nicht immer bewusst. Deshalb lohnt es sich, sich mit den erworbenen Fähigkeiten, Kenntnissen und Möglichkeiten auseinanderzusetzen. Denn je bewusster diese sind, desto eher stehen sie uns zur Verfügung und können Teil unseres Selbstbildes und unseres persönlichen „Werkzeugkoffers“ werden.

Bei Anlässen wie Projektabschluss, Bewerbung, Rollenwechsel, Krise etc. lohnt es sich, die persönlichen erworbenen Schätze zu reflektieren. Nehmen Sie sich dafür Zeit und notieren Sie alles (Erkenntnisse, Fähigkeiten, Kompetenzen, Kontakte, Schätze etc.), was Ihnen zu den verschiedenen Aspekten und Ebenen einfällt.

Das Benennen von Schätzen fällt deutlich leichter, wenn Sie einen Fokus setzen. Das heißt, wenn Sie sich intensiv mit konkreten Ereignissen, Personen, Phasen, Projekten, Erfolgen, Krisen, Sonderaufgaben, Positionswechseln etc. auseinandersetzen. Fragen Sie sich zum Beispiel: Was habe ich in diesem Projekt gelernt? Welche Krisen habe ich gemeistert? Wie ist mir das gelungen? Wer hat mir dabei geholfen? Was habe ich neu angewandt oder ausprobiert? Was konnte ich von anderen lernen? Was werde ich zukünftig vermeiden? etc. Wenn nötig, gehen Sie Ihren gewählten Fokus noch einmal gedanklich von Anfang bis Ende durch, damit nichts verloren geht. Dabei helfen Ihnen die Tabelle und die folgenden Reflexionsfragen:

Welche Fähigkeiten, Erfahrungen und Kontakte kann ich zukünftig nutzen?

Neben formellen Qualifikationen erwerben wir im Alltag und vor allem bei der Bewältigung anspruchsvoller Aufgaben viele Kompetenzen und Erfahrungen. Diese stehen jedoch nicht immer im vollen Umfang zur Verfügung beziehungsweise sind uns nicht immer bewusst. Mit diesem Tool lassen sich die erworbenen Fertigkeiten sammeln und verfügbar machen.



FORMULARE UND MEHR



TOOL: MEINE SCHÄTZE – FÄHIGKEITEN, ERFAHRUNGEN, KONTAKTE BILANZIEREN

- **Fähigkeiten und Kompetenzen:** Was ist neu hinzugekommen, was hat sich gefestigt/ verstärkt, wo habe ich ein neues Level erreicht, was hat mir geholfen, welche Technik/ Methoden habe ich angewandt ...?
- **Beziehungen und Kontakte:** Wer ist hinzugekommen, wer hat mir wie geholfen, auf wen kann ich mich verlassen, wo haben sich neue Türen geöffnet, welcher Kontakt hat sich intensiviert, wer ist eine gute Mentorin, ein guter Mentor, von wem kann ich lernen, ...?
- **Talente und Erkenntnisse:** Was ist mir deutlich geworden, was sind die wichtigsten Erkenntnisse, was werde ich in Zukunft lassen, was hat mir besonders Freude gemacht, was lief besonders gut/ leicht, was hat mir Kraft gespendet, was ist wichtig für meine Karriere/ mein Leben, was will ich in Zukunft mehr tun, was tut mir (nicht mehr) gut, ...?
- **Selbstbild und Verhaltensweisen:** Wer bin ich (geworden), was zeichnet mich (jetzt) aus, was kann ich besonders gut, was weniger, als wer will ich gesehen werden, ...? Was ist neu, was hat sich verfestigt, worauf können andere bei mir zählen, worauf weniger, welche Werte leiten mich, was mache ich auch ungefragt, ...?

Mein Fokus:
Was habe ich gelernt, hinzugewonnen oder verändert...
Fähigkeiten und Kompetenzen
Beziehungen und Kontakte
Talente und Erkenntnisse
Selbstbild und Verhaltensweisen
Wichtigste Schätze (Wenn Sie alle Schätze betrachten, was sind die wichtigsten, die ab sofort zu Ihnen gehören):



Menschen. Unternehmen. Zukunft!

Das RKW Kompetenzzentrum ist ein neutraler Impuls- und Ratgeber für den deutschen Mittelstand. Es sensibilisiert angehende wie etablierte kleine und mittlere Unternehmen für Zukunftsthemen und unterstützt sie dabei, ihre Wettbewerbsfähigkeit und Innovationskraft auszubauen.

Das RKW Kompetenzzentrum leistet damit einen Beitrag zur Stärkung des Gründungsgeschehens und zur nachhaltigen Wirtschaftsentwicklung in Deutschland. Zu den aktuellen Schwerpunktthemen „Gründung“, „Fachkräftesicherung“, „Digitalisierung“ und „Innovation“ bietet das RKW Kompetenzzentrum daher praxisnahe und branchenübergreifende Informationen sowie Handlungshilfen an. Darüber hinaus stellen wir für die Bauwirtschaft traditionell branchenspezifische Lösungen bereit.

Bei der Verbreitung der Ergebnisse vor Ort arbeitet das RKW Kompetenzzentrum mit Sitz in Eschborn eng mit den RKW Landesorganisationen in den Bundesländern zusammen.

Das RKW Kompetenzzentrum wird vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie (BMWE) aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages gefördert.

Weitere Informationen: www.rkw-kompetenzzentrum.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Energie

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages