

# Selbstkompetenz

Name: \_\_\_\_\_

Bereich	Ich ...	Mein Fortschritt <span style="float: right;">→</span>									
sich aktiv am Geschehen beteiligen	... bin motiviert und mache in gemeinsamen Aktionen mit.										
	... bringe eigene Ideen und Lösungsvorschläge ein.										
sorgfältig arbeiten	... bemühe mich um gute Darstellungen.										
	... arbeite sorgfältig, überprüfe und verbessere meine Arbeitsergebnisse.										
	... gehe mit Material und Werkzeug sorgfältig um.										
sich ausdauernd beschäftigen	... arbeite über längere Zeit konzentriert.										
	... gebe nicht gleich auf, wenn etwas schief läuft oder schwierig ist.										
	... habe ein gutes Arbeitstempo.										
geeignete Lerntechniken anwenden	... wähle einen Arbeitsplatz, an dem ich gut arbeiten kann.										
	... richte meinen Arbeitsplatz sinnvoll ein.										
	... halte Ordnung.										
	... weiss, wie ich am besten lernen kann und nutze das aus.										
	... führe auch grössere Arbeiten planmässig aus.										
eigene Fähigkeiten einschätzen	... kann mir selbst angemessene Ziele setzen.										
	... kann meine Arbeit reflektieren.										
	... kann meine Leistungen richtig einschätzen.										
	... kann auch unter Druck noch gute Leistungen erbringen.										
Selbständigkeit	... bearbeite Aufgaben und Aufträge zielstrebig und selbständig.										
	... bin zuverlässig.										
	... übernehme Verantwortung für mein Lernen.										
	... habe ein gutes Selbstvertrauen.										
Umgang mit Schwierigkeiten	... getraue mich, in neuen Situationen auszuprobieren und Fehler zuzulassen.										
	... finde oft selber eine Lösung, wenn ich ein Problem habe.										
	... hole bei Schwierigkeiten gezielt Hilfe.										
Auffassungsgabe	... verstehe Neues rasch und erkenne Zusammenhänge.										
	... kann das Gelernte anwenden.										

Muster

Datum:  \_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_

