TOOL ZUR SELBSTEINSCHÄTZUNG

SOZIALKOMPETENZ

Beurteilen Sie gelassen und objektiv das Niveau Ihrer Kapazitäten in den unten aufgeführten Bereichen anhand der folgenden Bewertungsskala:

5 = ausgezeichnet; 4 = gut; 3 = ausreichend; 2 = ungenügend; 1 = mangelhaft.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Wie sehr bin ich dazu der Lage: | | |
| 1 | Interessiert auf die Standpunkte anderer zu hören |  |
| 2 | Informationen zu organisieren und gestalten, um deren Beschaffung zu erleichtern |  |
| 3 | Ruhig zu bleiben und auch in schwierigen Situationen nicht negativ zu reagieren |  |
| 4 | Schnell zu erfassen, was andere sagen wollen, oder sie in die Lage zu versetzen, sich besser auszudrücken |  |
| 5 | Die vorgebrachten Einwände so zu "managen", dass sie bei den Gesprächspartnern keine negativen Reaktionen hervorrufen |  |
| 6 | "Orientierung" einer Diskussion durch Fragen |  |
| 7 | Während einer Gruppendiskussion alle Kommentare zu verschieben, die nicht in die vorgesehene Reihenfolge fallen |  |
| 8 | Eine Sprache zu verwenden, die für den Zuhörer leicht verständlich ist |  |
| 9 | Erleichterung der Meinungsäußerung für Gesprächspartner |  |
| 10 | Dem Gesprächspartner meine Wertschätzung auf angenehme und nicht irritierende Weise zu zeigen |  |
| 11 | Sich während der Diskussionen oder Gruppenarbeiten des eigentlichen Ziels bewusst zu sein |  |
| 12 | Eine Situation so schnell wie möglich zu verstehen und zu wissen, wie die richtigen Fragen gestellt werden können |  |
| 13 | Von den Gesprächspartnern die Akzeptanz meines Standpunkts und meiner Argumente in einer konsequenten und systematischen Weise zu erlangen |  |
| 14 | Im Laufe einer Gruppenarbeit kurze Rekapitulationen zu machen, die den anderen Teilnehmern mehr Klarheit verschaffen |  |
| 15 | Die Reaktionen anderer in verschiedenen Situationen zu prognostizieren |  |
| 16 | In geeigneter Form Schemata an der Tafel zu verwenden, Illustrationen, Beispiele, um meine Botschaft verständlicher und effektiver zu machen |  |

Hinweise zur Selbsteinschätzung

Die Werte müssen unter Berücksichtigung von 4 Referenzkategorien addiert werden, wie in der Tabelle dargestellt, die verteilt oder einfach an die Tafel übertragen werden müssen.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kategorien | | Der Gesamtwert |
| 1. KATEGORIE  1-4 – 9-12 | Fähigkeit, zuzuhören und Informationen zu sammeln |  |
| 2. KATEGORIE  2-8 – 14-16 | Fähigkeit, Informationen zu kommunizieren, mit anderen zu kommunizieren, Inhalte, Nachrichten, Informationen zu teilen |  |
| 3. KATEGORIE  3-5 – 10-15 | Fähigkeit, mit anderen in Beziehung zu treten |  |
| 4. KATEGORIE  6-7 – 11-13 | Empathie, sich auf andere einlassen |  |

Interpretation der erhaltenen Werte wie folgt:

Von 16 bis 20 🡲 Die Fähigkeit ist sehr gut ausgeprägt. Keine Handlung ist notwendig.

Von 12 bis 15 🡲 Diese Fähigkeit ist nicht Ihre Stärke: Sie müssen daran arbeiten.

Weniger als 12 🡲 Sie müssen systematisch eingreifen, um Ihr Verhalten zu verbessern.