



Ausbildung

Zuerst geht es darum, ein klareres Bild von den Kompetenzen zu erhalten, die Sie in der schulischen und beruflichen Ausbildung erworben haben.

Schauen Sie sich die Achse Ausbildung Ihrer Erinnerungslandkarte an und beschreiben Sie die wichtigsten Kompetenzen für die einzelnen Ausbildungsschritte.

Weiterbildung

Ähnlich wie für den Lebensbereich Ausbildung geht es hier darum, die Kompetenzen ausfindig zu machen, die Sie in der beruflichen und persönlichen **Weiterbildung** erworben haben.

Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie eine Teilnahmebestätigung besitzen oder nicht. Denken Sie auch an Weiterbildungskurse, die Sie aus persönlichem Interesse besucht haben!

Listen Sie alle Weiterbildungsveranstaltungen, Kurse und Seminare (z. B. interne Schulungen, Fachkurse, Sprachkurse, Fortbildungen im Rahmen einer ehrenamtlichen Tätigkeit ...) in der folgenden Tabelle auf.

Welche Kompetenzen haben Sie dabei erworben und welche fortführenden Veranstaltungen möchten Sie besuchen?



Sie können die KOM(petenzen)LISTE zu Hilfe nehmen!



Ausbildung

Schultyp Datum (von-bis) Hauptfächer*) Abschluss	Was habe ich gelernt? Was kann ich jetzt tun?	Was hat es mir gebracht? Warum hat es mich interessiert? Inwiefern hat es mich verändert?
Grundschule 1980–1985 Grundschulabschluss	Lesen, schreiben und rechnen Ich habe gelernt, mich an Regeln zu halten	Ich arbeite gerne mit anderen Menschen zusammen.

*) Die Hauptfächer sind für alle Ausbildungen nach der Pflichtschule aufzulisten.



Weiterbildung

Weiterbildungseinrichtung Kurs Jahr Dauer	Was habe ich gelernt? Was kann ich jetzt tun?	Was hat es mir gebracht? Warum hat es mich interessiert? Inwiefern hat es mich verändert?
Sprachaufenthalt in Irland Englisch-Grundkurs Juli 1999 3 Wochen	Ich kann ein einfaches Gespräch in Englisch führen, kann leicht verständliche Texte lesen und in einfachen Sätzen schreiben.	Ich reise gerne. Ich möchte das Alltagsleben der Briten kennen lernen.



Meine Kompetenzen

Fachliche Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
Ich kann eine Internetseite gestalten.	x		
	Meine Stärken		

Soziale Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
Ich knüpfe leicht Kontakte.	x		
	Meine Stärken		



Meine Kompetenzen

Aufgrund der Auflistung wissen Sie jetzt, wozu Sie aufgrund Ihrer Aus- und Weiterbildung fähig sind. Tragen Sie in den folgenden Tabellen Ihre Kompetenzen ein und unterscheiden Sie zwischen fachlichen, sozialen, organisatorischen und persönlichen Kompetenzen. Stufen Sie Ihr Können selbst (von sehr gut bis zufrieden stellend) ein.

Fachliche Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
	Meine Stärken		

Soziale Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
	Meine Stärken		



Meine Kompetenzen

Organisatorische Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
Was ich mir vorgenommen habe, setze ich auch entschlossen um.	X		
Meine Stärken			

Persönliche Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
Ich habe Ausdauer.	X		
Meine Stärken			



Meine Kompetenzen

Organisatorische Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
	Meine Stärken		

Persönliche Kompetenzen	Das kann ich		
	sehr gut	gut	zufrieden stellend
	Meine Stärken		



Einstellungen, Interessen, Motivationen

Schulfach	Gründe für das Interesse
Geografie	Weil ich meine Umwelt besser kennen lernen wollte.

Themen
Ich lese regelmäßig die Zeitschrift GEO, weil ich mich für Natur interessiere. Ich suche im Internet regelmäßig nach Reiseinformationen. Ich interessiere mich für PC-Zubehör.

Kurs	Wann?
Englisch-Kurs für Fortgeschrittene	Im Herbst



Einstellungen, Interessen, Motivationen

Welche Schulfächer oder Wissensgebiete haben Ihnen besonders gut gefallen?

Aus welchem Grund haben sie Ihnen so gut gefallen (Inhalte, Lehrer/innen, Praxisbezug, ...)?

Schulfach	Gründe für das Interesse

Welche Themen haben Sie zusätzlich zu Schule und Weiterbildungsveranstaltungen aus **persönlichem Interesse** vertieft (z.B. durch Fachbücher, Internet, Zeitschriften, Zeitungen, Vorträge, Ausstellungen, Reisen ...)?

Themen

Welchen Bedarf an Aus- und Weiterbildung haben Sie entdeckt?

Welche Kurse oder Seminare möchten Sie in nächster Zeit besuchen?

Kurs	Wann?

