

Stärken – Schwächen Analyse

Die eigenen Stärken und Schwächen zu benennen, fällt den meisten Personen nicht leicht. Als Vorbereitung einer Bewerbung ist die Kenntnis der eigenen Kompetenzen allerdings unerlässlich.

Man sollte Stärken (und mögliche Schwächen) in mehreren Bereichen kennen und auf Nachfrage, z.B. in Bewerbungsgesprächen, auch benennen können. Hier ist Schul- und Fachwissen zu nennen, aber auch die Kenntnis der eigenen Persönlichkeit. Die unten genannten Leitfragen können bei der Analyse der eigenen Stärken und Schwächen hilfreich sein. Unbedingt zur Beantwortung genügend Zeit einplanen und nicht unter Zeitdruck arbeiten.

Schulwissen / Fachwissen

- **Was liegt mir besonders, was fällt mir leicht?**
- **Worin bin ich gut?**
- **Welche Erfolge kann ich verzeichnen?**
- **In welchem Bereich bin ich Expertin/ Experte?**
- **In welchem Bereich/ welchen Situationen kann ich das Fachwissen anwenden?**

Umgekehrte Fragen nach Schulwissen / Fachwissen

- **Was fällt mir besonders schwer?**
- **Welche Kenntnisse würde ich gerne noch ausbauen?**
- **Welche Misserfolge gab es?**
- **Was kostet mich große Überwindung?**
- **Bringt es mich voran, wenn ich mich dazu überwinde?**

Persönlichkeit

- **Wofür bekomme ich hohe Anerkennung von meinen Mitmenschen?**
- **Was macht mir Spaß?**
- **Womit kann ich anderen behilflich sein?**
- **Mit welchen Menschen komme ich besonders gut klar?**
- **Was zeichnet solche Personen aus?**
- **Welche Situationen machen mir Freude?**

Umgekehrte Fragen zur Persönlichkeit

- **Wann habe ich schlechte Laune?**
- **Was macht mir keinen Spaß?**
- **Welche Mitmenschen finde ich besonders anstrengend?**
- **Kann ich Konfliktsituationen dann auflösen?**
- **Welche persönliche Eigenart behindert mich?**
- **Wäre ich bereit, Zeit und Energie in eine Änderung zu investieren?**

Alternativ kann man mit Tabellen arbeiten und die Ausprägung der einzeln genannten Eigenschaften ankreuzen:

| Persönliche Kompetenzen | stark ++ | mittel + | gering ○ |
|-------------------------|----------|----------|----------|
| aktiv | | | |
| analytisch | | | |
| anpackend | | | |
| anpassungsfähig | | | |
| aufgeschlossen | | | |
| ausdauernd | | | |
| ausgeglichen | | | |
| begeisterungsfähig | | | |
| belastbar | | | |
| charakterstark | | | |
| diplomatisch | | | |
| diskret | | | |
| dominant | | | |
| durchsetzungsstark | | | |
| dynamisch | | | |
| ehrgeizig | | | |
| eigeninitiativ | | | |
| einfühlsam | | | |
| einsatzbereit | | | |
| eloquent | | | |
| emotional | | | |
| entschlossen | | | |
| erfolgsorientiert | | | |
| ernst | | | |
| flexibel | | | |
| fördernd | | | |
| forsch | | | |
| freundlich | | | |
| fröhlich | | | |
| führend | | | |
| geduldig | | | |
| gelassen | | | |
| geltungsbedürftig | | | |
| geradlinig | | | |
| geschickt | | | |
| gewandt | | | |
| gewissenhaft | | | |
| großzügig | | | |
| gutmütig | | | |
| hilfsbereit | | | |
| humorvoll | | | |

| | | | |
|-------------------------|--|--|--|
| impulsiv | | | |
| innovativ | | | |
| interkulturell gebildet | | | |
| kollegial | | | |
| kommunikativ | | | |
| kompetent | | | |
| kompromissbereit | | | |
| konfliktfähig | | | |
| konstruktiv | | | |
| kontaktfreudig | | | |
| kooperativ | | | |
| kreativ | | | |
| kritikfähig | | | |
| kundenorientiert | | | |
| lernbereit | | | |
| loyal | | | |
| mathematisch begabt | | | |
| mobil | | | |
| motiviert | | | |
| motivierend | | | |
| mutig | | | |
| offen | | | |
| optimistisch | | | |
| ordentlich | | | |
| organisiert | | | |
| pflichtbewusst | | | |
| phantasievoll | | | |
| planvoll | | | |
| reisefreudig | | | |
| risikobereit | | | |
| ruhig | | | |
| sachlich | | | |
| schlagfertig | | | |
| schnell | | | |
| selbstbeherrscht | | | |
| selbstbewusst | | | |
| selbstdiszipliniert | | | |
| selbständig | | | |
| sensibel | | | |
| sicher | | | |
| sorgfältig | | | |
| souverän | | | |
| sozialkompetent | | | |
| spontan | | | |
| sprachbegabt | | | |
| taktvoll | | | |
| teamfähig | | | |
| technisch versiert | | | |

| | | | |
|-------------------------|--|--|--|
| temperamentvoll | | | |
| tolerant | | | |
| umsichtig | | | |
| unerschütterlich | | | |
| unternehmerisch denkend | | | |
| verantwortungsbewusst | | | |
| verhandelnd | | | |
| vertrauenswürdig | | | |
| vielseitig | | | |
| warmherzig | | | |
| wortgewandt | | | |
| zielorientiert | | | |
| zielstrebig | | | |
| zugewandt | | | |
| zupackend | | | |
| zuverlässig | | | |