

Beispiele für Kompetenzen

Österreichischer Freiwilligenpass



Sachkompetenz (fachlich-methodische Kompetenz)

Fachwissen, Kenntnisse: Kenntnisse haben (pädagogische, medizinische, technische, kaufmännische, interkulturelle, politische, kulturelle, juristische ...)

Arbeitstechniken, Wissen anwenden: Fachwissen umsetzen können, Gelerntes einbringen können, andere beraten, Präsentationen erstellen, handwerkliche Fähigkeiten

Organisationsfähigkeit, Planungsfähigkeit: verschiedene Interessen und Zeitpläne aufeinander abstimmen können, Aktivitäten vorbereiten und durchführen können, Zeitpläne einhalten können, Prioritäten setzen können, analytisch denken und strukturiert arbeiten

Lernfähigkeit: offen für Neues sein, sich begeistern können, sich gern neue Kenntnisse und Fertigkeiten aneignen, Informationen aus verschiedenen Quellen beschaffen können

Sozialkompetenz (sozial-kommunikative Kompetenz)

Teamfähigkeit: mit anderen Aufgaben erledigen, auf andere eingehen können, eigene Fähigkeiten einbringen, sich der eigenen Rolle im Team bewusst sein

Konfliktfähigkeit: Spannungen erkennen und bewusst angehen, konstruktive Lösungen suchen, unterschiedliche Sichtweisen akzeptieren, kritikfähig sein, in schwierigen Situationen sachlich bleiben

Einfühlungsvermögen: sich in die Lage anderer Personen versetzen, auf Bedürfnisse und Gefühle anderer Rücksicht nehmen, Auswirkungen des eigenen Handelns abschätzen können, sich auf andere einstellen können

Kommunikationsfähigkeit: aufmerksam zuhören können, andere überzeugen können, Beziehungen eingehen können, aktiv an Gesprächen teilnehmen, eigene Gedanken in ein Gespräch einbringen, sich vergewissern, ob man richtig verstanden hat/verstanden wurde

Kontaktfähigkeit: von sich aus auf andere zugehen, gerne mit anderen Menschen zusammen sein, mit anderen in der Regel gut auskommen

Personale Kompetenz (Selbstkompetenz)

Eigeninitiative: Ideen einbringen und umsetzen, sich für etwas einsetzen, Aktivitäten initiieren

Flexibilität: mit unvorhergesehenen Ereignissen zurechtkommen, auf veränderte Anforderungen reagieren, Situationen richtig einschätzen können, sich auf neue Situationen einlassen

Verantwortungsbereitschaft, Zuverlässigkeit: Verantwortung für sich und andere übernehmen können, Verantwortung für Aufgaben übernehmen, Vereinbarungen einhalten können

Kreativität, Problemlösungsfähigkeit: Fantasie haben, improvisieren können, vielfältige Ideen haben, verschiedene und ungewöhnliche Lösungen für Probleme finden, Lösungen umsetzen

Belastbarkeit: auch unter schwierigen Umständen produktiv arbeiten können, bei (äußeren und inneren) Widerständen nicht gleich aufgeben, Kritik an der geleisteten Arbeit annehmen können

Selbstbehauptung: eigene Bedürfnisse und Ziele aussprechen und auch durchsetzen, eigenen Standpunkt vertreten, sich gegenüber Forderungen von anderen abgrenzen können

Entscheidungsfähigkeit: selbstständig Entscheidungen treffen, Konsequenzen und Risiken bedenken, Entscheidungen begründen

Humor: über sich selbst lachen können, allzu ernste Situationen spontan mit Lockerheit und Witz entspannen und entkrampfen können, andere zum Lachen bringen können