

Selbstanalysebogen zur Identifikation Ihrer Stärken, Schwächen und Interessen

Anleitung

Füllen Sie diesen Selbstanalysebogen aus, um ein klareres Bild Ihrer beruflichen Stärken, Schwächen und Interessen zu erhalten. Nehmen Sie sich Zeit für jede Frage und seien Sie ehrlich mit sich selbst.

Name: _____

Datum: _____

1. Stärken identifizieren

Fragen:

1. Welche Aufgaben erledige ich besonders gut?

☐

☐

2. Wofür werde ich von anderen gelobt?

☐

☐

3. Welche Fähigkeiten habe ich in der Vergangenheit erfolgreich eingesetzt?

☐

☐

Zusammenfassung meiner Stärken:

-
-
-

2. Schwächen erkennen

Fragen:

1. Welche Aufgaben fallen mir schwer?
 - ☐
 - ☐
2. Wo erhalte ich oft kritisches Feedback?
 - ☐
 - ☐
3. Welche Fähigkeiten möchte ich verbessern?
 - ☐
 - ☐

Zusammenfassung meiner Schwächen:

-
-
-

3. Interessen herausfinden

Fragen:

1. Welche Tätigkeiten machen mir Spaß?
 - ☐
 - ☐
2. Wofür interessiere ich mich außerhalb meiner Arbeit?
 - ☐
 - ☐
3. Welche Themen begeistern mich?
 - ☐

Zusammenfassung meiner Interessen:

-
-
-

4. Feedback von anderen einholen

Person: _____

Datum: _____

Fragen an andere:

1. Was sind Ihrer Meinung nach meine größten Stärken?

- ☐
- ☐

2. Wo sehen Sie meine Schwächen?

- ☐
- ☐

3. Welche Tätigkeiten passen gut zu meinen Fähigkeiten und Interessen?

- ☐
- ☐

Feedback-Notizen:

-
-
-

5. Persönliche Reflexion

Meine wichtigsten Erkenntnisse:

- Stärken: _____
- Schwächen: _____
- Interessen: _____

Nächste Schritte:

1. Ziele definieren basierend auf meinen Stärken.
2. Weiterbildungsmaßnahmen planen, um Schwächen zu verbessern.
3. Tätigkeiten und Projekte fokussieren, die meinen Interessen entsprechen.

Unterschrift: _____

Datum: _____

Bewahren Sie diesen Selbstanalysebogen auf und nutzen Sie ihn als Grundlage für Ihre Karriereplanung und -entwicklung. Regelmäßige Überprüfungen und Aktualisierungen helfen Ihnen, stets auf dem richtigen Weg zu bleiben.