

### Arbeitsblatt Stärken - Schwächen

**Stärken:**

Gedanken, Verhaltensweisen, Fähigkeiten/Fertigkeiten, Persönlichkeitseigenschaften (Soft skills)

**Aufgabe:**

Nenne deine persönlichen Stärken und ein Beispiel dazu aus einer Alltagssituation oder einer schulischen/beruflichen Situation:

**Hier ein Beispiel:**

**Stärke:** *Organisationstalent*

**Beispiel:** *Ich war in meiner Schule Schülersprecher/in und habe viele Veranstaltungen erfolgreich organisiert und durchgeführt.*

**Stärke:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Stärke:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Stärke:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Stärke:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Schwächen:

#### Nachteilige menschliche Eigenschaften, Mangel an Können in einer bestimmten Sache

Schwächen gehören zum Menschsein dazu. Im Vorstellungsgespräch ist es wichtig, die eigenen Schwächen **sympathisch darzustellen**. Sei **ehrlich** und nenne, wenn möglich, Schwächen, die nicht relevant für die beworbene Stelle sind. Zudem solltest du für jede Schwäche eine **konkrete Lösung** angeben, an der du gerade arbeitest und evtl. sogar schon erste Ergebnisse erreicht hast. Vielleicht bringt deine Schwäche in manchen Situationen auch etwas Positives mit.

### Aufgabe:

Nenne deine Schwächen und versuche zusätzlich, sie sympathisch darzustellen oder eine Lösung zu nennen, wie du an der Schwäche arbeitest. Alternativ kannst du auch schreiben, ob deine Schwäche in manchen Situationen etwas Positives mit sich bringt.

### Hier zwei Beispiele:

**Schwäche:** *Angst vor Menschen zu sprechen*

**Beispiele:** • *Ich bin oft nervös, wenn ich vor Leuten sprechen muss. Ich arbeite jedoch daran, indem ich immer wieder kleine Vorträge vor Freunden und Familie halte, um meine Nervosität abzulegen.*

**Schwäche:** *Geringe Risikobereitschaft*

**Beispiel:** • *Ich bin wenig risikobereit. Bei mir muss vieles geplant und durchdacht sein. Im Gegenzug kann ich aber sehr gut planen und organisieren.*

**Schwäche:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Schwäche:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Schwäche:** \_\_\_\_\_

**Beispiel:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Liste möglicher Stärken und Schwächen:

#### Stärken:

- Teamfähigkeit
- Kommunikationsfähigkeit
- Organisationsfähigkeit
- Zuverlässigkeit
- Pflichtbewusstsein
- Eigeninitiative
- Selbstständigkeit
- Belastbarkeit
- Kritikfähigkeit
- Kreativität
- Sorgfalt
- Empathie
- Durchhaltevermögen
- Engagement
- Ehrlichkeit

#### Schwächen:

- Unentschlossenheit
- Kritikempfindlichkeit
- Mangelnde Flexibilität
- Chaotisch
- Impulsivität
- Mangelnde Organisation
- Introvertiert
- Vergesslich
- Angst vor Menschen zu sprechen
- Fehlende Fremdsprachen- oder PC-Kenntnisse