Mit eigenen Stärken punkten

Schlüsselqualifikationen spielen im Berufs- und Privatleben eine immer größere Rolle

Von Anna Zimmermann

Die Messlatte der Anforderungen im Berufsleben liegt heutzutage hoch. Wenn es um die Jobsuche geht, spielen neben fachlichem Wissen vor allem Schlüsselqualifikationen eine große Rolle. Dabei handelt es sich beispielsweise um Kommunikationsfähigkeit, Medien- und Textkompetenz oder Fähigkeit zur Selbstreflexion. Oft werden solche Qualifikationen, auch Soft Skills genannt, von Arbeitgebern gefordert, und schon im Vorstellungsgespräch wird darauf Wert gelegt. Aber auch im Rahmen der eigenen Persönlichkeitsentwicklung können sie hilfreich sein.

Einige Universitäten haben sich mit diesem Thema beschäftigt und Zentren eingerichtet, die Studenten helfen sollen, wichtige Schlüsselqualifikationen zu erlangen. Auch an der Universität Passau gibt es seit dem Jahr 2007 ein Zentrum für Schlüsselqualifikationen (ZfS). Dort haben Studenten jedes Semester die Möglichkeit, in verschiedenen Seminaren Schlüsselkompetenzen auf- oder auszubauen. Dabei geht es um vier große Bereiche: interkulturelle Kompetenz, Sozialkompetenz, Methodenkompetenz und Selbstkompetenz.

Der Unternehmensberater und Coach Robert Erlinghagen gehört zum Gründungsstamm der Seminarleiter des ZfS in Passau. „Schlüsselqualifikationen sind in der Berufswelt bereits sehr wichtig, und ihre Bedeutung wird meiner Meinung nach noch ansteigen", sagt er. Natürlich sei fachliche Qualifikation nötig, aber gerade in der Startphase eines Berufs komme es Arbeitgebern auch auf andere Dinge an. Robert Erlinghagen erklärt: „Es wird zum Beispiel oft Augenmerk darauf gelegt, wie ein neuer Mitarbeiter mit Kollegen oder der Geschäftsführung umgeht." Vor allem vor dem Hintergrund einer zunehmenden Vernetzung der Arbeitswelt sei Kooperation mit anderen wichtig geworden. Man solle beispielsweise im Job darüber nachdenken, wie sich das eigene Tun in die Gruppe einfügt.

Das Wochenendseminar „Meine Stärken, meine Ziele, mein Weg" von Robert Erlinghagen am ZfS soll Teilnehmer zur Selbstreflexion anregen. Es geht für sie darum, sich mit der eigenen Persönlichkeit auseinanderzusetzen und sich von anderen Anregungen geben zu lassen. Das Seminar bietet beispielsweise die Gelegenheit, sich über Ziele und Wünsche klar zu werden und einen eigenen Weg dorthin zu finden.

Anja Friedberger, die im zweiten Fachsemester Lehramt für Realschule studiert, hat das Seminar vor allem aus diesem Grund besucht. „Ich weiß nun sicher, wohin ich im Leben will, was ich neben dem Studium noch erleben und ausprobieren möchte und auch, was mir wirklich wichtig ist", erzählt sie. Zwar habe sie davon schon vor der Teilnahme an „Meine Stärken, meine Ziele, mein Weg" einen groben Plan gehabt, aber keine wirklich konkrete Vorstellung. Im Seminar habe sie zum ersten Mal intensiv über ihre Stärken, Ziele und ihren Weg nachgedacht.

Viele Firmen suchen für ihr Team das passende „Puzzle-Teil": Der Bewerber soll sich gut ins Unternehmen einfügen, zu den Kollegen passen. Hier können Berufsanfänger nicht nur mit Wissen, sondern vor allem auch mit sogenannten Soft Skills darauf aufmerksam machen, dass sie der passende Jobkandidat sind. – Foto: S. Hofschlaeger/pixelio.de

Selbstkompetenz und damit auch die Fähigkeit zur Selbstreflexion könnte Arbeitnehmern auch dabei helfen, weniger anfällig für Überforderungen im Beruf zu sein. „Wie merke ich, dass mich etwas überfordert? Wer sich diese Frage stellt und die Antwort findet, kann sich wahrscheinlich besser vor einem Burn-out oder zu starker Überforderung schützen, als jemand, der darüber gar nicht nachdenkt", sagt Robert Erlinghagen.

„Ich zum Beispiel habe festgestellt, dass man sich viel zu selten die Zeit nimmt, über sich selbst und sein Leben nachzudenken, wie wir es an diesem Wochenende gemacht haben", berichtet Anja Friedberger. Außerdem habe sie „durch verschiedene Übungen die Erfahrung gemacht, dass man selbst an scheinbar Negativem noch etwas Positives finden kann". Diese Erkenntnis erscheint auch dem Seminarleiter wichtig. Man solle nicht immer darüber nachdenken, was man schon alles können müsse, sondern darüber, was in einem steckt. Viele Teilnehmer des Seminars könnten am Anfang immer nur ihre Schwächen nennen. Durch Übungen sollen sie dazu kommen, auch ihre Stärken zu formulieren.

Zum Thema „eigene Stärken" im Bewerbungsgespräch gibt Robert Erlinghagen folgenden Tipp: „Nennen Sie nicht nur Schlagwörter, sondern erzählen Sie eine Geschichte." Ein Bewerber sollte also zum Beispiel nicht einfach sagen, dass er teamfähig sei. Besser sei es, eine Geschichte zu erzählen, aus der die Kompetenz Teamfähigkeit hervorgehe. „In kurzer Zeit eine Beziehung herzustellen und dem Gegenüber durch Erzählungen einen Eindruck von der eigenen Persönlichkeit vermitteln – darauf kommt es an", rät der Unternehmenscoach.

A
Nu
2
A
w
Eine
... n

Der Radar

Die Zukunft steht jetzt offen