

- valide und objektiv
- zuverlässig
- sofort durchführbar
- inklusive Auswertungsbogen
- enorme Zeit & Kostenersparnis
- immer aktuell & berufsnah

# Kompetenz Test: Selbstreflexion

## ZUVERLÄSSIGES TESTVERFAHREN ZUR ERMITTLUNG VON KOMPETENZEN

## Daten des Testteilnehmers

Vor- und Nachname:

Adresse:

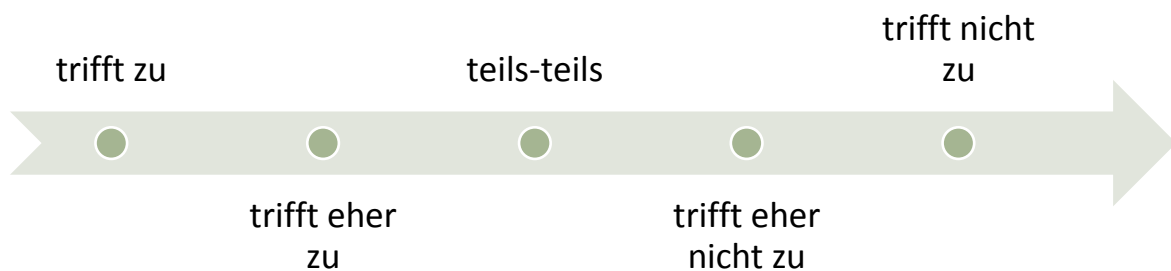
E-Mail-Adresse:

Telefonnummer:

# 10 Statements

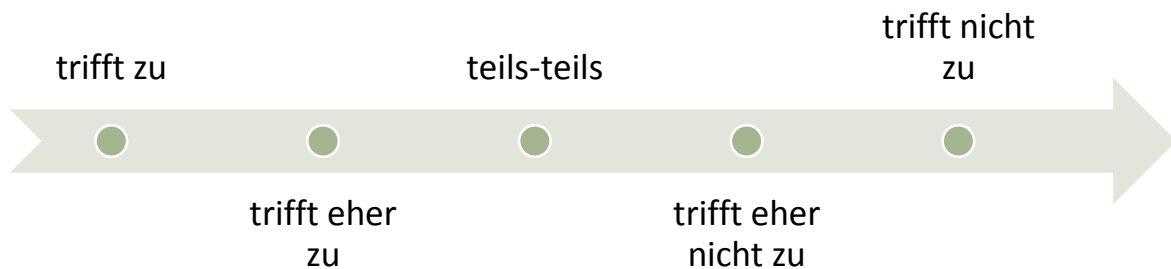
## STATEMENT 1:

**Ich weiß, dass ich vor Meetings und Präsentationen regelmäßig in Panik verfallende. Da kneifen für mich keine Option ist, habe ich mich dazu entschieden, hierzu noch einmal ein Seminar zu besuchen.**



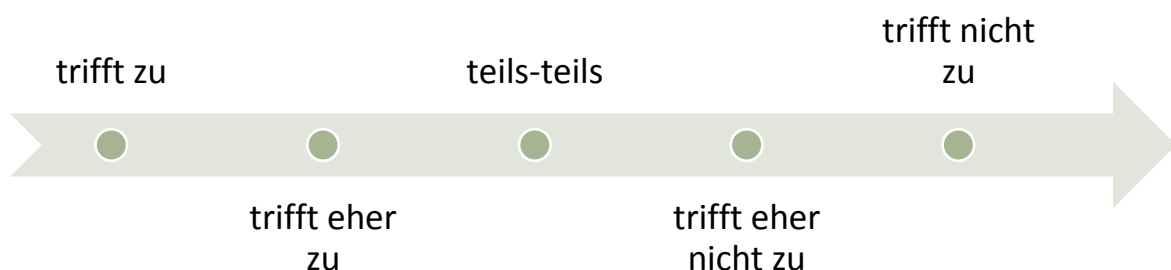
## STATEMENT 2:

**Ich weiß, wie mein Traumjob aussieht: Ich trage dabei Verantwortung für Personal und Budget und habe die Chance, meine Projekte in die Realität umzusetzen.**



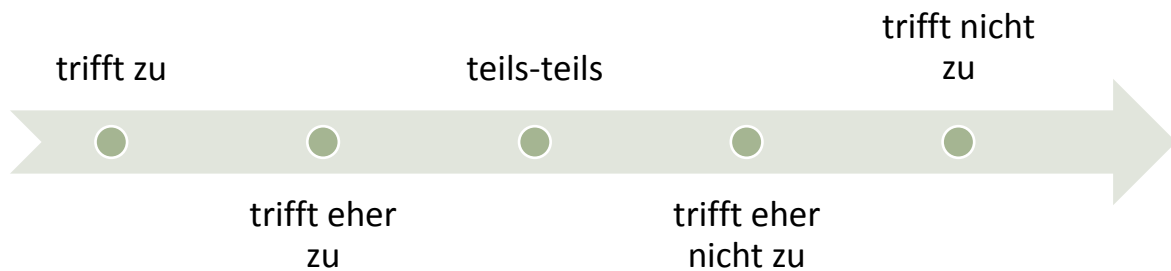
## STATEMENT 3:

**Ich möchte nicht arbeiten, um zu leben. Ich möchte beiden Bereichen einen Platz in meinem Leben einräumen.**



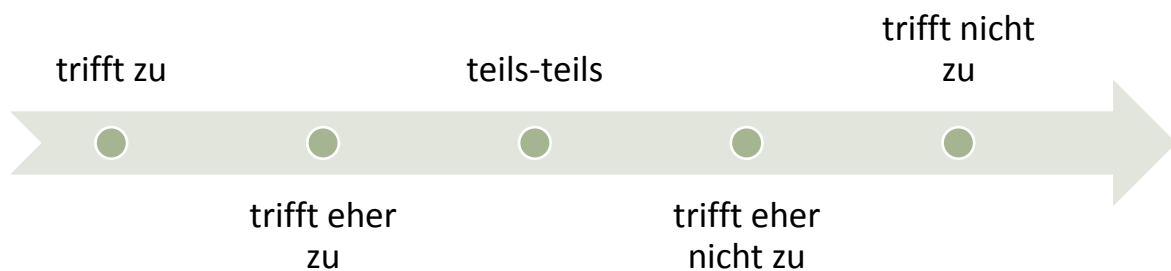
STATEMENT 4:

**Seit langer Zeit fühle ich mich nicht mehr wohl im Job.  
Mein Ausweg war eine Krankmeldung.**



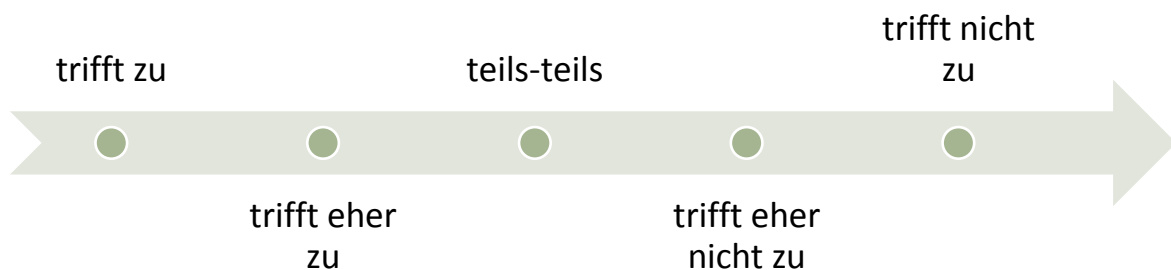
STATEMENT 5:

**Träume habe ich längst nicht mehr. Verwirklichen kann ich  
sie ohnehin nicht.**



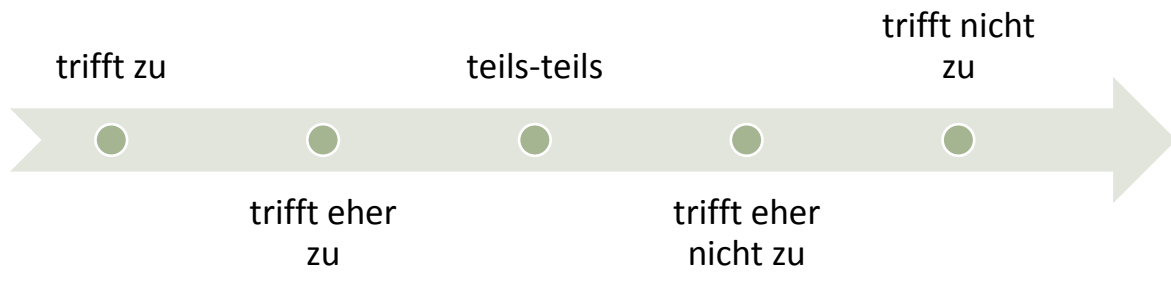
STATEMENT 6:

**Wenn ich im Büro Ärger bekomme, weil etwas schief  
gelaufen ist, dann brauch ich erst einmal eine Auszeit.**



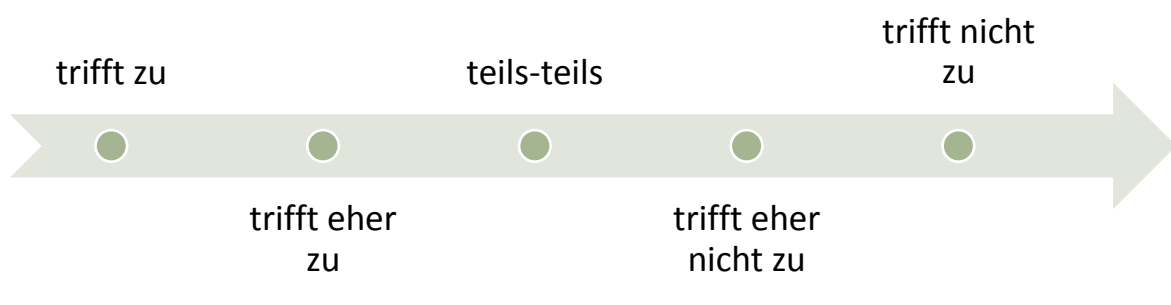
STATEMENT 7:

**Ich muss sehr auf meinen Gesichtsausdruck achten. Da ich anstatt grüblerisch schnell wie ein Griesgram aussehe, muss ich hier auf meine Wirkung achten.**



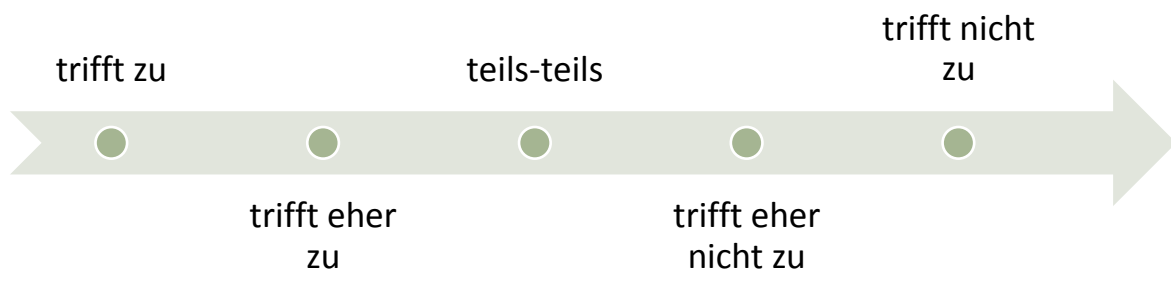
STATEMENT 8:

**Im Moment fühle ich mich wie ein Floß auf einem reißenden Fluss. Mich schleudert's ganz schön, doch ans Ufer komme ich nicht.**



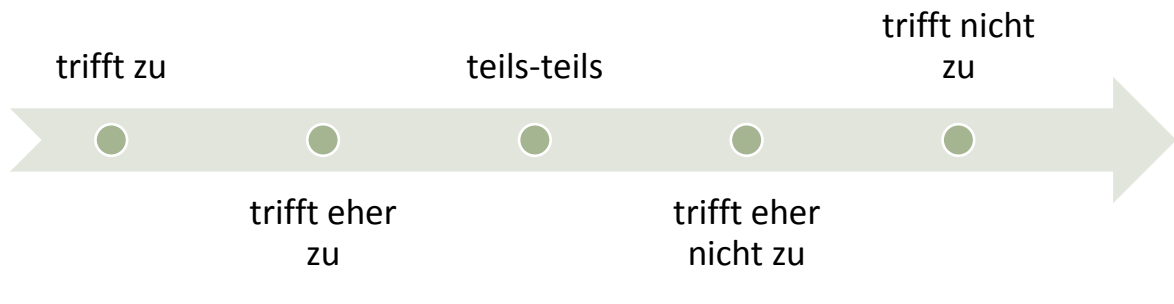
STATEMENT 9:

**Ich war bemüht, die Tipps umzusetzen, aber ich bin am hektischen Arbeitsalltag gescheitert.**



STATEMENT 10:

**Manchmal werde ich durchaus kritisch beäugt, weil ich bei einer neuen Herausforderung zuerst einmal in mich gehe und mir einen Plan zurechtlege.**



# Testauswertung für das Unternehmen / Behörde

## Das Statement

## Das bedeutet die Antwort

*Ich weiß, dass ich vor Meetings und Präsentationen regelmäßig in Panik verfall. Da kneifen für mich keine Option ist, habe ich mich dazu entschieden, hierzu noch einmal ein Seminar zu besuchen.*

Dieses Statement zeigt, dass der Bewerber sich seiner Stärke durchaus bewusst ist und sogar bereits Lösungen initiiert hat. So agiert ein Mensch, der die Fähigkeit zur Selbstreflexion besitzt.

*Ich weiß, wie mein Traumjob aussieht: Ich trage dabei Verantwortung für Personal und Budget und habe die Chance, meine Projekte in die Realität umzusetzen.*

Auch diese klare Vorstellung des Traumjobs ist ganz typisch für Menschen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion.

*Ich möchte nicht arbeiten, um zu leben. Ich möchte beiden Bereichen einen Platz in meinem Leben einräumen.*

Wer weiß, dass Arbeit und Leben nur allzu häufig als Antagonisten auftreten, übt hier (dank der Fähigkeit zur Selbstreflexion) einen sehr erwachsenen Umgang damit.

*Seit langer Zeit fühle ich mich nicht mehr wohl im Job. Mein Ausweg war eine Krankmeldung.*

Das ist nicht typisch für einen Menschen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion. Typisch wäre gewesen, sich Hilfe zu holen. Einfach nur „auszusteigen“, ohne die Hintergründe zu eruieren, sieht demjenigen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion gar nicht ähnlich.

*Träume habe ich längst nicht mehr. Verwirklichen kann ich sie ohnehin nicht.*

Derart negativ und fast schon ein wenig depressiv gestimmt sind diejenigen, die über die Fähigkeit zur Selbstreflexion verfügen, niemals. Wer so antwortet, dem fehlt diese Fähigkeit.

*Wenn ich im Büro Ärger bekomme, weil etwas schief gelaufen ist, dann brauch ich erst einmal eine Auszeit.*

Flucht sieht Menschen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion gar nicht ähnlich. Diese Aussage wäre also sehr untypisch.

*Ich muss sehr auf meinen Gesichtsausdruck achten. Da ich anstatt grüblerisch schnell wie ein Griesgram aussehe, muss ich hier auf meine Wirkung achten.*

Wer um ein Manko wie dieses weiß und daraus für sich Schlüsse zieht, was in der Folge zu tun ist, verfügt über die Fähigkeit zur Selbstreflexion.

*Im Moment fühle ich mich wie ein Floß auf einem reißenden Fluss. Mich schleudert's ganz schön, doch ans Ufer komme ich nicht.*

Diese Aussage ist spannend. Es lassen sich durchaus Ansätze der Fähigkeit zur Selbstreflexion erkennen. Nur die Problemlösefähigkeit ist noch nicht genug ausgeprägt.

*Ich war bemüht, die Tipps umzusetzen, aber ich bin am hektischen Arbeitsalltag gescheitert.*

Auch hier zeigt sich: Der Bewerber ist sich durchaus bewusst, was er hätte verbessern sollen. Doch er weiß auch, dass es ihm an Eigendisziplin gemangelt hat.

*Manchmal werde ich durchaus kritisch beäugt, weil ich bei einer neuen Herausforderung zuerst einmal in mich gehe und mir einen Plan zurechtlege.*

Voilà ... diese Aussage steht einem Menschen mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion sehr gut. Auch wenn das Verhalten kritisch beäugt wird, so veranlasst den in sich gefestigten Menschen dies nicht, von seiner bewährten Art der

Problemlösung abzurücken.

**Impressum:**



**einstellungstest**  
\_\_\_\_\_ .de

Valide und objektive online Testsysteme für Unternehmen und Behörden

Ansprechpartner:

Herr Bekar

bekar@einstellungstest.de

[www.einstellungstest.de](http://www.einstellungstest.de)

Peter-Weiss Str.7

28201 Bremen