

Quelle: [You:sfu] – Lernen durch Engagement © Heike Schmidt 2011. In Anlehnung an Wolfgang Endres (Hg.) Das Portfolio in der Unterrichtspraxis. Weinheim, Basel 2004. S.105f.

Hier findest du heraus, wo deine Talente stecken, die du für dein Engagement gut gebrauchen kannst.

Lies dir die Sätze auf der linken Seite in Ruhe durch und überlege, ob sie auf dich zutreffen. Wenn du magst, kannst du sie, bevor du sie ankreuzt, kopieren und jemanden, der dich gut kennt, bitten sie ebenfalls für dich auszufüllen. Stimmen die Einschätzungen überein?

Reden und Schreiben	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt oft	Stimmt
Ich kann gut ausdrücken, was ich fühle.				
Ich schreibe gerne.				
Ich rede laut und deutlich.				
Ich erzähle gerne Geschichten oder von dem, was ich erlebt habe.				
Es macht mir nichts aus, vor einer großen Gruppe zu sprechen, Referate zu halten, meine Meinung zu sagen oder zu präsentieren.				
Geschichten und Informationen kann ich kurz und knapp zusammenfassen.				
Ich bin schlagfertig.				
Ich beherrsche neben der deutschen noch eine weitere Sprache so gut, dass ich mich in dieser Sprache flüssig unterhalten kann. (.....)				
Ich beherrsche neben der deutschen noch eine weitere Sprache so gut, dass ich in dieser Sprache einen Brief an einen Brieffreund schreiben könnte. (.....)				

Meine Arbeit planen	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt oft	Stimmt
Wenn ich mich an die Hausaufgaben setze, ist mein Schreibtisch aufgeräumt und alle notwendigen Arbeitsmaterialien habe ich zur Hand.				
Meine Schultasche und meine Federtasche sind gut gepackt; ich vergesse selten etwas.				
Ich kann beim Lernen gut meine Zeit einteilen und werde rechtzeitig fertig.				
Ich kann mich gut konzentrieren und lasse mich nicht ablenken.				
Ich muss nur sehr selten lange nach meinen Sachen suchen.				
Es kommt selten vor, dass ich auf den letzten Drücker Aufgaben für die Schule erledige.				
Wenn ich vor vielen Aufgaben sitze, überlege ich mir, welche Aufgaben ich am besten kann und fange mit den leichtesten an.				
Ich habe immer eine gute Übersicht über meine Termine.				
Ich komme sehr selten zu spät.				

Informationen sammeln	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt oft	Stimmt
Im Fernsehen und Radio interessiere ich mich (auch) für Nachrichten und Dokumentationen.				
Ich schaue oft in die Tageszeitung.				
Ich lese Zeitschriften, die auch über Politik und Wissenschaft berichten.				
Ich kann schnell gewünschte Informationen im Internet finden.				
Ich kenne mich in der Bücherhalle aus und finde dort selbstständig Bücher.				
Ich schlage gerne etwas im Lexikon nach.				
Ich lese gerne Sachbücher, z.B. über Tiere, das All, Geschichte oder Technik.				
Ich traue mir zu, einen Brief oder eine E-Mail zu schreiben, um Informationen einzuholen.				
Ich kann mir gut vorstellen, Menschen zu interviewen.				
Ich kann gut wichtige Informationen in einem Text finden und herausstreichen.				
Ich kann gut Informationen so sortieren, dass ich sie wiederfinde, wenn ich sie brauche.				

Geschicklichkeit und Kreativität	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt etwas	Stimmt
Ich kann mit einem Bohrer umgehen.				
Ich kann einen Knopf annähen.				
Es bringt mir Spaß zu basteln, z.B.				
Ich kann mit Farbpinsel und Farbrolle Zimmer an- streichen.				
Ich kann sicher mit Säge und Hammer umgehen, ich habe schon einmal etwas aus Holz angefertigt:				
Ich kann häkeln oder stricken.				
Ich habe schon einmal selbst ein Kleidungsstück hergestellt, nämlich				
Ich kann gut kochen, besonders				
Ich kann gut backen, besonders lecker mache ich				
Ich kann schön dekorieren.				
Ich spiele ein Musikinstrument, nämlich				
Ich singe gerne				
Ich male gerne, und zwar				
Ich spiele Theater.				
Ich spiele in einer Band oder einem Orchester mit oder singe im Chor.				
Ich mache noch etwas ganz anderes Kreatives, nämlich				

Einfühlungsvermögen und soziales Geschick	Stimmt gar nicht	Stimmt eher nicht	Stimmt oft	Stimmt
Ich kann gut trösten.				
Ich kann gut zuhören.				
Ich kann gut Streit schlichten.				
Mir fällt es leicht, meine Meinung zu sagen - auch wenn ich weiß, dass ihr nicht alle zustimmen.				
Ich kann mich gut in andere Menschen hineinversetzen und so erraten, wie sie sich gerade fühlen könnten.				
Wenn ich in eine neue Gruppe komme, fällt es mir leicht, die neuen Kinder oder Jugendlichen anzusprechen.				
Wenn ich das Wartezimmer eines Arztes betrete, finde ich es selbstverständlich, „Guten Tag“ zu sagen.				
Es fällt mir leicht, in einem Geschäft die Verkäuferinnen freundlich um Hilfe zu bitten.				
Ich kann gut mit anderen zusammenarbeiten				
Ich übernehme gerne in einer Gruppe Verantwortung.				
Ich kann in einem Gespräch auch andere Meinungen als meine gelten lassen.				
Ich kann mich durchsetzen und meine Ideen sachlich begründen.				
Ich kann eigene Fehler und Ungeschicklichkeiten eingestehen.				
Ich kann Kritik an anderen so vorbringen, dass sie nicht verletzt.				

Mal abgesehen von all dem, was ich bis hier ausgefüllt habe: wirklich gut bin ich in folgendem:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....