



Soft Skills



Soft Skills = persönliche, soziale &
methodische Kompetenzen

Kompetenzen, die nicht direkt erkennbar
sind

Persönliche Kompetenzen

- Neugier
- Selbstvertrauen
- Motivation
- Selbstdisziplin
- Belastbarkeit
- Engagement



Soziale Kompetenzen

- Teamfähigkeit
- Kommunikationsfähigkeit (bspw. Reden und Zuhören)
- Einfühlungsvermögen (Empathie)
- Kritikfähigkeit



Methodische Kompetenzen

- Zeitmanagement
- Umgang mit neuen Medien und Technologien
- Analytische Fähigkeiten
- Präsentationstechniken
- Stressresistenz
- Strukturierte und zielorientierte Arbeitsweise



Gibt es bestimmte Soft skills, die euch besonders interessieren?

Was findet Ihr am wichtigsten?

Soft Skills

Persönliche Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
Neugier	Teamfähigkeit	Zeitmanagement
Selbstvertrauen	Kommunikationsfähigkeit	Umgang mit neuen Medien und Technologien
Motivation	Einfühlungsvermögen (Empathie)	Präsentationstechniken
Selbstdisziplin	Kritikfähigkeit	Stressresilienz
Belastbarkeit		Strukturierte und zielorientierte Arbeitsweise
Engagement		Analytische Fähigkeiten

Wieso sind Soft skills wichtig?

Wo lerne ich diese Soft skills?

Wo kann ich Soft skills **wirklich** lernen?

- Workshops (z.B. bei Aelius oder anderen Vereinen)
- Kostenlose Kurse bei Udemy oder skillshare
- AG's in der Schule
- Nebenjobs
- Ehrenamtliche Tätigkeit
- Praktika
- Freiwilligessozialesjahr (FSJ)
- Bücher
- Youtube

Mögliche Vorgehensweise um deine Soft skills zu verbessern/ zu erlernen

- 1. Stärken und Schwächen herausfinden** → Frag Freunde und Familie, welche Eigenschaften sie besonders gut an dir finden und welche du noch ausbauen kannst
- 2. Erkenntnisse notieren** → Schreib dir sowohl deine Stärken als auch deine Schwächen auf
- 3. Priorisiere die wichtigsten Soft skills** --> Priorisiere die Soft skills, die du zunächst angehen möchtest. Am besten suchst du dir 1-2 skills aus, an denen du in der nächsten Zeit arbeiten möchtest.
- 4. Eigne dir das „wie“ an** → Suche nach Videos, Büchern, Kursen etc., die dir erklären, **wie** du die entsprechende Fähigkeit lernst.

4. Setze realistische Ziele → Kein Mensch kann von 0 auf 100 gehen.
Setze dir zu Beginn realistische Ziele und fange mit kleinen Schritten an.

5. Beständigkeit ist das Ziel → Es ist wichtig, dass du das Gelernte mehrere Tage/Wochen/Monate umsetzt. Durch Beständigkeit gewöhnst du dich an das Erlernete und der Soft Skill wird zur neuen Gewohnheit!

Optional:

6. Führe ein Skills-Tagebuch → Halte deinen Fortschritt fest, damit du motiviert dran bleibst.

7. Hol dir Ratschläge/Hilfe → Du musst nicht alles selber schaffen. Wenn du eine Person kennst, die eine bestimmten Fähigkeit sehr gut kann, frag sie und sprich sie an!

Video Tipps für das Erlernen von Soft skills

Zeitmanagement/Priorisierung

<https://youtu.be/8JcmAWlsyrQ>

Selbstvertrauen

<https://youtu.be/uWcCnyNslug>

Motivation

<https://youtu.be/TL-nDII8RP8>

Buchtipp: **The Big Five for Life** von John Strelecky

BLEIB DRAN & HALTE DURCH



Schreib mir gerne bei weiteren Fragen:

- E-Mail: sirin.tiryaki@aelius-foerderwerk.de
- Instagram: @srintiryakiii, @aeliusfoerderwerk_berlin

Danke für deine Aufmerksamkeit und viel Erfolg beim Erlernen von Soft skills! Du wirst sie definitiv zukünftig brauchen!

