

## Sozialkompetenzen

Unter Sozialkompetenzen fasst man die Kompetenzen in der Zusammenarbeit mit anderen Menschen zusammen.

+2: trifft zu, kann ich gut / +1: trifft teilweise zu, kann ich manchmal / 0: keine Meinung  
 -1: trifft eher nicht zu, kann ich selten / -2: trifft gar nicht zu, kann ich nicht

	+2	+1	0	-1	-2
<b>Führungskompetenzen</b>					
Ausstrahlung von Ruhe und Sicherheit					
Begeisterungsfähigkeit					
Belastbarkeit					
Besonnenheit					
Delegationsfähigkeit					
Diplomatie					
Durchsetzungsvermögen					
Einnahme von Raum					
Emotionale Widerstandskraft					
Entschlussbereitschaft					
Fähigkeit, Anweisungen zu geben					
Fähigkeit, Einsamkeit aushalten zu können					
Fähigkeit, zu argumentieren					
Kommunikationsfreude					
Kongruenz in Worten und Taten					
Konstruktivität im Umgang mit Kritik					
Proaktives Verhalten (vorausdenkend handeln)					
Selbstvertrauen					
Übernahme von Verantwortung					
Überzeugungskraft					
Unabhängigkeit von der Anerkennung anderer					
Veränderungsbereitschaft					
Vertrauensbereitschaft					
Vorurteilsfreiheit					

	+2	+1	0	-1	-2
<b>Teamfähigkeit</b>					
Anpassungsfähigkeit					
Begeisterungsfähigkeit					
Bereitschaft, gemeinsam ein Ziel zu erreichen					
Bereitschaft, Mitverantwortung zu tragen					
Fähigkeit, nicht alles selber machen zu müssen					
Geduld					
Gewissenhaftigkeit					
Gute Nähe-Distanz-Balance					
Lösungsorientierung					
Offenheit gegenüber neuen Mitarbeitenden					
Sensitivität					
Toleranz					
Verständnis, Empathie					
Zuverlässigkeit					
<b>Frustrationstoleranz, Konfliktfähigkeit</b>					
Ablehnung von Opferrollen					
Adäquate Reaktion auf Forderungen					
Adäquater Umgang mit Verantwortung					
Angemessene Emotionalität					
Angemessene Reaktion auf Kritik					
Fähigkeit zur direkten Problemlösung					
Fähigkeit zur Sachlichkeit					
Fähigkeit, getroffene Entscheide zu respektieren					
Fähigkeit, mit Niederlagen umzugehen					
Fähigkeit, mit Verletzungen umzugehen					
Fähigkeit, Nein sagen zu können					
Fähigkeit, Probleme auf den Tisch zu bringen					
Fähigkeit, sich der Mehrheit fügen zu können					
Fähigkeit, sich in Diskussionen einzubringen					
Fähigkeit, Spannungen im Team zu erkennen					
Gelassenheit					
Gute Problemlösungsstrategien					
Konfliktfähigkeit					

	+2	+1	0	-1	-2
<b>Kommunikationsfähigkeit</b>					
Adäquate Reaktion auf nonverbale Signale					
Aushalten von Pausen im Gespräch					
Fähigkeit, Emotionen adäquat einzubringen					
Fähigkeit, nötige Distanz zu halten					
Fähigkeit, nötige Forderungen zu stellen					
Fähigkeit, sich verständlich auszudrücken					
Fähigkeit, Wünsche anzubringen					
Fähigkeit, zu loben und zu wertschätzen					
Mut, nachzufragen, wenn etwas nicht klar ist					
Offenes Ohr für Anliegen anderer					
Toleranz					