



# Bewerbungs-Check Soft Skills:

## Du hast mehr drauf, als du glaubst! Zeig es auch!

Soft Skills sind persönliche Kompetenzen, die im Berufsleben genauso wichtig sind, wie Fachkompetenzen. Sie machen dich zu der Person die du bist und die andere schätzen. Während aber Fachkompetenzen (= Hard Skills) durch Zeugnisse, Abschlüsse und Prüfungen messbar sind, sind es persönliche Kompetenzen nicht. Trotzdem sind sie wichtig bei einer Bewerbung. So bringst du sie in den Lebenslauf, dem Anschreiben oder ins Bewerbungsgespräch ein:

### Babysitten

Beispiele:

- Seit Januar 2023 regelmäßiges Babysitten bei einer Familie mit zwei Kindern im Alter von 3 und 5 Jahren (2-3 Mal pro Woche für je 3 Stunden, gegen Entgelt)
- Seit September 2022 gelegentliches Babysitten bei einer Nachbarin mit einem Kind im Alter von 2 Jahren (1-2 Mal pro Monat für je 4 Stunden, ehrenamtlich)

### Soft Skills:

- **Verantwortungsbewusstsein:** Übernahme der Aufsicht und Fürsorge für die Kinder, Einhaltung der Absprachen mit den Eltern, evtl. Erste-Hilfe-Kenntnisse
- **Kommunikationsfähigkeit:** Eingehen auf die Bedürfnisse und Wünsche der Kinder, Vermittlung von Regeln und Grenzen, Konfliktlösung bei Streitigkeiten
- **Kreativität:** Gestaltung von abwechslungsreichen und altersgerechten Aktivitäten für die Kinder, wie Basteln, Malen, Singen, Spielen
- **Flexibilität:** Anpassung an unterschiedliche Situationen und Herausforderungen, wie Krankheit, Müdigkeit oder Langeweile der Kinder

### Die Medienerziehung für jüngere Geschwister übernehmen

Beispiel:

- Seit September 2022 Übernahme der Medienerziehung für zwei jüngere Geschwister im Alter von 8 und 10 Jahren (Unterstützung bei der Auswahl, Nutzung und Bewertung von Online-Inhalten, Apps, Spielen und sozialen Netzwerken, Sicherstellung der Einhaltung der zeitlichen Grenzen)

### Soft Skills:

- **Medienkompetenz:** Erwerb von technischen, kritischen und kreativen Fähigkeiten im Umgang mit verschiedenen Medien, wie zum Beispiel Programmen, Geräten, Plattformen und Formaten
- **Pädagogische Fähigkeit:** Vermittlung von Wissen, Werten und Regeln im Bereich der Medienerziehung an jüngere Geschwister, wie zum Beispiel Datenschutz, Urheberrecht, Cybermobbing und Mediensucht
- **Soziale Fähigkeit:** Förderung des Dialogs, der Empathie und der Kooperation zwischen den Geschwistern bei gemeinsamen Medienaktivitäten, wie zum Beispiel Recherchieren, Lernen, Spielen und Kommunizieren





### Am Hof mithelfen

#### Beispiele:

- Seit September 2022 Mithilfe am elterlichen Bauernhof (10-15 Stunden pro Woche, unentgeltlich)
- Versorgung von Kühen, Schweinen, Hühnern und Schafen (Füttern, Melken, Ausmisten, Scheren etc.)
- Anbau und Ernte von Getreide, Kartoffeln und Gemüse (Säen, Jäten, Düngen, Mähen etc.)
- Bedienung und Wartung von landwirtschaftlichen Maschinen und Geräten (Traktor, Mähdrescher, Pflug etc.)

#### Soft Skills:

- **Körperliche Belastbarkeit:** Bewältigung von körperlich anstrengenden und teilweise schmutzigen Arbeiten bei jedem Wetter
- **Tierliebe:** Einfühlungsvermögen und Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit den Tieren
- **Naturverbundenheit:** Interesse und Wissen über die natürlichen Kreisläufe und ökologischen Zusammenhänge
- **Technisches Verständnis:** Umgang mit modernen landwirtschaftlichen Maschinen und Geräten
- **Organisationstalent:** Planung und Koordination der anfallenden Arbeiten nach saisonalen und betrieblichen Erfordernissen

### An sportlichen Wettbewerben teilnehmen

#### Beispiele:

- Seit September 2022 aktive Leichtathletin im Verein XYZ (2-3 Mal pro Woche Training, Teilnahme an regionalen und überregionalen Wettkämpfen)
- Erste Plätze im 100-Meter-Lauf, Weitsprung und Hochsprung bei den Bezirksmeisterschaften 2023
- Qualifikation für die Landesmeisterschaften 2024

#### Soft Skills:

- **Leistungsbereitschaft:** Motivation und Engagement für das Erreichen von sportlichen Zielen, stetige Verbesserung der eigenen Leistungsfähigkeit
- **Fairness:** Respektvoller Umgang mit den Mitstreitern, Einhaltung der Regeln und Anerkennung der Schiedsrichterentscheidungen
- **Stressresistenz:** Bewältigung von Nervosität und Druck vor und während der Wettkämpfe, Umgang mit Sieg und Niederlage
- **Teamfähigkeit:** Zusammenarbeit und Unterstützung der Vereinskolleg:innen, Kommunikation und Koordination mit der Trainerin/dem Trainer



### In einem Online-Spiel ein Team anführen

#### Beispiele:

- Seit September 2022 aktive Spielerin von World of Warcraft (3-4 Mal pro Woche für je 2 Stunden)
- Anführerin und Koordinatorin eines Teams von 10 Spielern (Planung und Durchführung von Quests, Raids und PvP-Kämpfen)
- Erreichen von Level 60, mehreren legendären Gegenständen und einer hohen Rangliste im PvP-Modus

### Soft Skills:

- **Strategisches Denken:** Analyse und Anpassung an verschiedene Spielsituationen, Entwicklung und Umsetzung von effektiven Lösungen
- **Führungsqualitäten:** Motivation und Anleitung der Teammitglieder, Delegation von Aufgaben, Konfliktmanagement
- **Kommunikationsfähigkeit:** Einsatz von verschiedenen Kommunikationskanälen (Chat, Sprachnachrichten, Videoanrufe), Klare und verständliche Vermittlung von Informationen, Feedback und Anweisungen
- **Kooperationsfähigkeit:** Zusammenarbeit mit anderen Spielern aus verschiedenen Ländern, Kulturen und Hintergründen, Respektieren von Regeln und Normen
- **Lernbereitschaft:** Erwerb von neuen Kenntnissen und Fertigkeiten im Spiel, stetige Verbesserung der eigenen Leistung

### Einen Fan-Account auf Instagram führen

#### Beispiel:

Seit September 2021 Betreiberin eines Fan-Accounts für die Sängerin Adele auf Instagram (@adele\_lover\_23)

- Erstellung und Verbreitung von Fotos, Videos, Memes und Nachrichten rund um die Musik und das Leben von Adele
- Aufbau und Pflege einer Community von über 2000 Followern

### Soft Skills:

- **Kreativität:** Gestaltung von originellen und ansprechenden Inhalten für den Fan-Account, Nutzung von verschiedenen Tools und Apps zur Bearbeitung von Bildern und Videos
- **Kommunikationsfähigkeit:** Interaktion mit den Followern und anderen Fans, Beantwortung von Fragen und Kommentaren, Umgang mit Kritik und Konflikten
- **Medienkompetenz:** Kenntnis der Funktionen und Regeln von Instagram, Recherche und Bewertung von Informationen über Adele, Beachtung des Urheberrechts und des Datenschutzes



### Admin in einer schulübergreifenden WhatsApp-Gruppe sein

#### Beispiel:

Seit September 2022 Admin der schulübergreifenden WhatsApp Gruppe "Schüler für Schüler" (über 500 Mitglieder aus verschiedenen Schulen der Region)

- Organisation und Moderation von Diskussionen, Austausch und Unterstützung zu schulischen und außerschulischen Themen, wie Lernen, Prüfungen, Berufsorientierung, Freizeit, Hobbys etc.
- Einladung und Genehmigung neuer Mitglieder, Erstellung und Durchsetzung von Gruppenregeln, Vermeidung und Beilegung von Konflikten



#### Soft Skills:

- **Kommunikationsfähigkeit:** Einsatz von verschiedenen Kommunikationsformen (Text, Sprache, Bild, Video etc.), klare und verständliche Vermittlung von Informationen, Feedback und Anweisungen
- **Sozialkompetenz:** Eingehen auf die Bedürfnisse und Interessen der Gruppenmitglieder, Förderung des Zusammenhalts und der Solidarität, Respektierung der Vielfalt und der Meinungsfreiheit
- **Organisationstalent:** Planung und Koordination der Gruppenaktivitäten nach zeitlichen und inhaltlichen Kriterien, Überblick über die laufenden Gespräche und Anfragen, Priorisierung und Delegation von Aufgaben

### Ein TikTok Video ist viral gegangen

#### Beispiel:

Im September 2022 Erstellung und Veröffentlichung eines TikTok Videos über die Vorteile von veganer Ernährung (@vegan\_girl\_23)

- Erreichen von über 10.000 Views, 2.000 Likes und 500 Kommentaren innerhalb von 24 Stunden
- Auslösen einer lebhaften Diskussion und eines positiven Feedbacks von anderen TikTok Nutzer:innen

#### Soft Skills:

- **Kreativität:** Gestaltung eines originellen und ansprechenden Videos mit Musik, Text, Bildern und Effekten
- **Kommunikationstalent:** Vermittlung einer klaren und überzeugenden Botschaft über ein relevantes und interessantes Thema
- **Medienkompetenz:** Kenntnis der Funktionen und Regeln von TikTok, Recherche und Bewertung von Informationen über vegane Ernährung, Beachtung des Urheberrechts und des Datenschutzes

### Snapchat Streak von 1200

Unter der Rubrik "Praktische Erfahrungen" oder "Hobbys und Interessen" kannst du den Streak in Snapchat als eine deiner Aktivitäten auflisten. Dabei solltest du angeben, was ein Streak ist, mit wem du ihn hast, seit wann du ihn hältst und warum du ihn wichtig findest.

Beispiel:

- Seit Januar 2022 Erhalt eines Streaks in Snapchat mit meiner besten Freundin (@bestie\_23)
- Ein Streak ist ein Symbol, das anzeigt, dass man jeden Tag mindestens eine Nachricht mit einer bestimmten Person ausgetauscht hat
- Der Streak zeigt unsere enge und langjährige Freundschaft an, die wir trotz räumlicher Distanz pflegen



### Soft Skills:

- **Kommunikationsfähigkeit:** Einsatz von verschiedenen Kommunikationsformen (Text, Sprache, Bild, Video etc.), klare und verständliche Vermittlung von Informationen, Feedback und Emotionen
- **Soziale Fähigkeit:** Eingehen auf die Bedürfnisse und Interessen der Freundin, Förderung des Vertrauens und der Loyalität, Respektieren der Privatsphäre und des Datenschutzes
- **Organisationsfähigkeit:** Planung und Koordination der täglichen Nachrichten nach zeitlichen und inhaltlichen Kriterien, Überblick über den aktuellen Stand des Streaks
- **Verlässlichkeit:** Jahrelange Verlässlichkeit, eine Tätigkeit durchzuführen

### Bei der Feuerwehr die Kindergruppe leiten

Beispiel:

- Seit September 2022 Betreuerin der Kindergruppe bei der Freiwilligen Feuerwehr XYZ (1-2 Mal pro Monat für je 3 Stunden, unentgeltlich)
- Betreuung von 15 Kindern im Alter von 6 bis 10 Jahren (Vermittlung von Grundkenntnissen über die Feuerwehr, Organisation von Spielen und Ausflügen, Erste-Hilfe-Kurs etc.)

### Soft Skills:

- **Pädagogische Fähigkeit:** Eingehen auf die Bedürfnisse und Interessen der Kinder, Vermittlung von Wissen und Werten im Bereich der Feuerwehr, Förderung der Kreativität und des Lernens
- **Kommunikationsfähigkeit:** Klare und verständliche Vermittlung von Informationen, Feedback und Anweisungen, Einsatz von verschiedenen Kommunikationsformen (Sprache, Gestik, Mimik etc.)
- **Organisationsfähigkeit:** Planung und Koordination der Gruppenaktivitäten nach zeitlichen und inhaltlichen Kriterien, Überblick über die vorhandenen Ressourcen und Materialien, Einhaltung von Sicherheits- und Hygienestandards

# Weitere Soft Skills:

Anpassungsfähigkeit  
Teamfähigkeit & soziale Kompetenz

**Flexibilität**  
Bereitschaft zur Weiterentwicklung  
Kommunikationstalent  
Initiative & Lösungsorientiertes Vorgehen

**Zuverlässigkeit**

**Genauigkeit**  
Gutes Zeitmanagement  
Selbständiges Arbeiten

**Kreativität**  
Organisationstalent & Planungsstärke  
Integrität & Ehrlichkeit

**Konfliktfähigkeit**  
Problemlösungskompetenz  
Ergebnisorientierung

**rhetoische Fähigkeiten**

Kritikfähigkeit & Lernbereitschaft

**Empathiefähigkeit**

**Analytisches Denkvermögen**

Engagement & Motivation

**Multimedia-Knowhow**

**Ausdauer**  
Stressresistenz & Belastbarkeit  
Führungsqualitäten

**Medienkompetenz**  
Organisationstalent

# Du hast noch Fragen?

## Hier findest du weitere Infos und Anlaufstellen

Auch wir helfen dir gerne weiter:

**akzente Frauen- und Mädchenberatungsstelle**

Deutschlandsberg, Bahnhofstr. 6

Tel. 03142 930 30

[office@akzente.or.at](mailto:office@akzente.or.at)

[www.akzente.or.at](http://www.akzente.or.at)

