

Sandra Peham
8124 Übelbach
Tel: +43(0)664 734 99 035
sandra.peham@gmx.at
www.einfachessbar.org



MEIN individueller Lebenslauf der ICH-Potenziale und ICH-Kompetenzen

Persönliche Daten

Name:

Geburtsdatum:

Anschrift:

Telefon:

E-Mail:

Beruf und Werdegang

Prägende LERN Erfahrungen in Kindheit und Jugend:

...emotional, körperlich,.....

+ Was habe ich in Kindheit und Jugend gelernt?

+ Welche Kompetenzen haben sich für mich daraus entwickelt?

Welche Berufserfahrung habe ich gemacht?

Welche Kompetenzen habe ich dadurch entwickelt?

Welche Schul- und Berufsausbildung(en) habe ich?

Welche ICH-Potenziale habe ich durch die Ausbildung (en) entdeckt?

**Welche Potenziale und Kompetenzen möchte ich vertiefen?
(in der Familie, Freizeit, ehrenamtliche Tätigkeiten,....)**

Reihe bitte nach Priorität: 1, 2, 3, 4,.....

POTENZIAL/KOMPETENZ	Praktische Umsetzung

**Welche Potenziale und Kompetenzen möchte ich vertiefen?
(als Beruf/Berufung)**

Reihe bitte nach Priorität: 1, 2, 3, 4,.....

POTENZIAL/KOMPETENZ	Praktische Umsetzung

Sandra Peham
8124 Übelbach
Tel: +43(0)664 734 99 035
sandra.peham@gmx.at
www.einfachessbar.org



**Welches ICH-Potenzial, welche ICH-Kompetenz möchte 2018 in meiner näheren Umgebung (Gemeinde, Bezirk,...) entfalten und WARUM?
Welchen Nutzen habe ICH davon?
Welchen Nutzen hat die GEMEINSCHAFT davon?**

Wie fühle ICH mich, wenn ich mein ICH-Potenzial, meine ICH-Kompetenzen lebe?

--

Sandra Peham
8124 Übelbach
Tel: +43(0)664 734 99 035
sandra.peham@gmx.at
www.einfachessbar.org



Warum fühle ich mich so?

A: Ich fühle mich..... WEIL.....

_____ den _____

Unterschrift