

Checkliste für den Lebenslauf



Medienkompetenz und IT-Skills

Umgang mit Office	Anwendungsbeispiele	Was?	Beginner	Geübt	Profi
Textverarbeitung	Word, Pages				
Tabellenkalkulation	Excel, Numbers				
Präsentationen	Powerpoint, Keynote				
Termine/Email	Outlook, Mail, Kalender				

Gestaltung von Medien	Anwendungsbeispiele	Was?	Beginner	Geübt	Profi
Musik	Ableton, Magix Music Maker				
Graphik- u. Bildbearbeitung	Illustrator, Photoshop				
Videobearbeitung	Schnitt				
Termine/Email	Outlook, Mail, Kalender				

Sonstige Anwendungen	Anwendungsbeispiele	Was?	Beginner	Geübt	Profi
Internetrecherche	Datenbanken, Suchmaschinen, Informationsbeschaffung				
Chatten und Konferenzen	Skype, Zoom, Twitter				
Blogs	Tumblr, Instagram				
Social Network	Facebook, Instagram				
Webdesign, Website-Editing	Wordpress				
Programmieren	Java, C++, Python				
Hardwaretechnik	Systemelektronik				
Netzwerktechnik	Exchange Server				
Blockchain Technologie	Bitcoin, Crypto				
Weitere App-Skills					



Sprachkenntnisse

Beginne mit deiner besten Fremdsprache. Gib dann dein Sprachlevel für jede Sprache an:

A1 = erste Grundkenntnisse A2 = vertiefte Grundkenntnisse

B1 = gute Sprachkenntnisse B2 = fließendes Sprachlevel

C1 = verhandlungssicher C2 = Muttersprache

	Sprache	Lesen	Schreiben	Sprechen	Verstehen
1					
2					
3					
4					
5					



Weitere Kompetenzen und Erfahrungen

	Erworben am	Was genau?
Führerschein/e		
Trainerschein/e		
Zertifikate		
Weiterbildungen		
Auslandserfahrungen		

Schlüsselkompetenzen für die Bewerbung und das Einstellungsgespräch

Talentbasiert: Entwicklung durch Training möglich

	Eigenschaft:	Beispielsituation/en, in der die Kompetenz besonders zum Vorschein kam:
Kommunikationsfähigkeit	redegewandt diplomatisch überzeugend	
Eigeninitiative	entscheidungsfreudig umsetzungsstark	
Leistungsbereitschaft	motiviert zielstrebig	
Zuverlässigkeit	vertrauenswürdig verlässlich	
Teamfähigkeit	respektvoll, tolerant wertschätzend	
effizientes Zeitmanagement	strukturiert, geplant	
Problemlösefähigkeit	lösungsorientiert	
Konzentrationsfähigkeit	fokussiert nicht ablenkbar	
Medienkompetenz	wissen wo/wie man Antworten findet	
Flexibilität	anpassungsfreudig nicht starrsinnig	
Kritikfähigkeit	feedbackliebend offenherzig reflexionsbereit	
Ausdauer	motiviert ausdauernd	
Belastbarkeit	stressresistent handlungsfähig	
Sorgfalt	gewissenhaft ordentlich	

Einfühlungsvermögen

empathisch auf
Gefühle anderer
richtig reagieren