

# Ampeltest für Abiturient\*innen

## Kurztest

## Studierfähigkeit




## Ampeltest

zur Schnelleinschätzung ausgewählter Basiskompetenzen für die Studierfähigkeit mit Hilfe der folgenden Symbole:

 noch nicht entwickelt




 im Grenzbereich

 gut entwickelt

Bitte lesen Sie die Definitionen und schätzen Sie die Ausprägung der Basiskompetenzen bei sich selbst ein. Begründen Sie Ihre Entscheidung an einem Beispiel.




Bitten Sie dann eine Vertrauensperson um eine Fremdeinschätzung. Vergleichen und diskutieren Sie die Ergebnisse.

**Verantwortung für Ergebnisse - Eigenverantwortlichkeit**... beschreibt, inwiefern Erfolge und Misserfolge auf die eigenen Anstrengungen oder auf äußere Gegebenheiten zurückgeführt werden.

		
Erfolge und Misserfolge werden äußeren Umständen oder anderen Personen zugeschrieben. Man ist zögerlich in seinen Taten und fühlt sich ausgeliefert.	Für manche Misserfolge fühlt man sich selbst verantwortlich, bei anderen gibt man den Umständen oder anderen Personen die Schuld.	Um eigene Ziele zu erreichen, strengt man sich an und zeigt hohe Eigeninitiative. Für Erfolge und Misserfolge fühlt man sich selbst verantwortlich.




Begründung:

**Leistungsbereitschaft**... betrachtet, ob man sich Leistungssituationen aussetzt und sich eigenverantwortlich für die Erreichung von Zielen einsetzt.

		
In stressigen Situationen leidet man unter starker Anspannung und Nervosität. Es können sich Leistungsängste (z.B. Prüfungsangst) oder Blockaden herausbilden. Leistungssituationen werden umgangen, um Misserfolge oder Fehler zu vermeiden.	Die Leistungsbereitschaft ist abhängig von der Art der Tätigkeit / den Schulfächern und den Umständen, unter denen eine Leistung erbracht werden muss, ggf. auch von Personen, die die Leistung abfordern.	Zielvorgaben werden nicht als Stress wahrgenommen, sondern als Orientierungshilfe angesehen. Unter Druck behält man seinen natürlichen Leistungsdrang bei und setzt Energie frei, um das Ziel zu erreichen.




Begründung:

**Innerer Antrieb - Motivation...** beschreibt die Identifikation einer Person mit den Inhalten der derzeitigen Tätigkeit und zeigt, wie leistungsbereit man an die Bewältigung anstehender Aufgaben herangeht.

		
Man macht nur das Nötigste und zeigt nur geringe Bereitschaft, notwendige anstehende Aufgaben erfolgreich zu meistern und Ziele zu erreichen.	Wie motiviert oder unmotiviert man ist, hängt von der Art der Tätigkeit oder den äußeren Bedingungen ab.	Eine hohe Identifikation mit den eigenen Aufgaben und ein engagierter Einsatz für das Ziel zeichnet eine Person mit einer hohen Motivation aus. Häufig kommt eine starke emotionale Bindung zu der Tätigkeit dazu. Dadurch kann die Person sehr leistungsfähig über einen längeren Zeitraum arbeiten.




Begründung:

**Wirkung auf andere - Auftreten...** beschreibt die „Wirkung auf andere“ und somit auch, ob und wie schnell man bei anderen Menschen, besonders bei Autoritätspersonen / höherrangigen Personen, Respekt und Anerkennung gewinnt.

		
Gegenüber höhergestellten Persönlichkeiten bestehen Unterlegenheits- oder Minderwertigkeitsgefühle. Es können Zweifel an der eigenen Leistungsfähigkeit bestehen.	Autoritär auftretenden, strengen Vorgesetzten / Lehrern kann man noch nicht selbstbewusst gegenüber treten und Probleme offen ansprechen. Bei freundlich - offen auftretenden Persönlichkeiten hat man keine Probleme.	Höherrangigen Personen gegenüber tritt man selbstbewusst, sicher und natürlich auf. Man wird als Gesprächspartner akzeptiert und ist mit seiner Meinung geachtet.




Begründung:

**Anpassungsfähigkeit - Flexibilität**... ist die Fähigkeit, sich angemessen auf Störungen und Verschiebungen im Arbeitsablauf und Schulalltag oder auf neue Personen einstellen zu können.

		
Es gibt einen inneren Widerstand gegenüber Veränderungen in der Planung oder Störungen im Ablauf, weil man Probleme hat, sich auf neue Situationen, Menschen oder Aufgaben einzustellen.	Mit ständigen Störungen und schnell wechselnden Abläufen kann man noch nicht gut umgehen. Nicht so häufige oder nicht so gravierende Veränderungen stören nicht.	Man stellt sich ohne Probleme auf neue Situationen und Menschen ein. In schwierigen Situationen behält man den Überblick und arbeitet effizient weiter. Man freut sich über Abwechslung.

Begründung:

Ihr Ergebnis:




			
Zahl			
Faktor/en			

Ihre Schlussfolgerungen:

Vergleichen Sie nun Ihre Ampel - Ergebnisse der Selbsteinschätzung mit denen der Fremdeinschätzung der Vertrauensperson Ihrer Wahl!!

Wie oft unterscheiden sich Ihre Ergebnisse? Versuchen Sie, die unterschiedlichen Standpunkte zu ergründen und einigen Sie sich auf ein gemeinsames Ergebnis!

**Gemeinsames Endergebnis:**

			
Zahl			
Faktor/en			

Gemeinsame Schlussfolgerungen:

Neugierig geworden? Sie möchten mehr erfahren, was das alles mit Studierfähigkeit zu tun hat? Oder Sie möchten ein wissenschaftlich fundiertes ausführliches Ergebnis über Ihre aktuelle Potenzialausprägung und ein bewerbungstaugliches Zertifikat erhalten und das alles mit einem erfahrenen Moderator diskutieren??

Dann melden Sie sich bei den Kompetenzgurus zum DNLA-Verfahren an:

<https://kompetenzguru.de/kontakt/>