



Du hast es schon weit gebracht,  
das ist ein guter Anfang.



Das Wichtigste am Können  
ist das Wollen.

### Selbstkompetenz

Selbstkompetent sind Menschen dann, wenn sie über Schlüsselfähigkeiten wie Selbstkontrolle, Engagement, Verlässlichkeit, Optimismus und Achtsamkeit verfügen. Und: Wenn sie diese sozialen und personalen Kompetenzen auch einsetzen, um ihre Beziehung zu sich, zu anderen und zu den Dingen zu stärken.



**SELBSTKOMPETENZ**  
Personale und soziale Kompetenzen.  
Konstruktive Beziehung gestalten können zu sich, zu anderen und zu den Dingen, um die es geht.

- **Selbstkontrolle**
  - sich steuern können
- **Engagement**
  - Freude an der Leistung
- **Verlässlichkeit**
  - Pflichtbewusstsein
- **Zuversicht**
  - sich selbstwirksam fühlen
- **Achtsamkeit**
  - sich nützlich machen

