

# Skill-Transfer-Map – PSS-V3

---

## Anleitung zur Nutzung der Skill-Transfer-Matrix

Diese Reflexionshilfe unterstützt Dich dabei, die elterlichen Skills aus dem PSS in berufliche Kompetenzen zu übersetzen – für mehr **Sichtbarkeit**, **Selbstbewusstsein** und **Klarheit** im Alltag wie im Job.

In der Tabelle findest Du alle 11 Skills aus dem Parental SkillScan – gegliedert nach dem SCOPE-Modell. Jeder Skill steht für eine konkrete Stärke, die Du im Familienalltag einsetzt – und die auch im Berufsleben wirksam sein kann.

### Schritt 1: Einschätzung in der Matrix

- Trage in den Spalten 2 und 3 jeweils eine Zahl von **1 (selten)** bis **5 (sehr häufig)** ein:
  - Wie stark nutzt Du diesen Skill im **Elternalltag**?
  - Wie stark nutzt Du diesen Skill im **Berufsleben**?
- Markiere in der letzten Spalte, bei welchen Skills Du ein **Entwicklungspotenzial** siehst.

### Schritt 2: Fokus setzen – 2 bis 3 Skills auswählen

- Wähle anschließend **zwei bis drei Skills** aus der Matrix aus:
  - entweder, weil sie im Beruf schon besonders gut sichtbar sind (*Deine Stärken*),
  - oder weil Du hier mehr Wirkung entfalten möchtest (*Entwicklungspotenzial*).
- Nutze für jeden dieser ausgewählten Skills die **Reflexionsseiten der Skill-Transfer-Map**, um gezielt weiterzuarbeiten.

### ✂ Ziel: Dein Transferprofil

Durch diese Auswahl entsteht nach und nach Dein persönliches **Skill-Transferprofil**:

*Was ich als Elternteil gelernt habe – und wie ich es im Beruf nutze (oder noch stärker nutzen kann).*

Skill	Eltern- nutzung (1–5)	Berufs- nutzung (1–5)	Entwicklungspotenzial?
S1 - Reflektiert führen (Seite 4)			
S2 - Emotionale Selbstführung (Seite 5)			
S3 - Resilient handeln (Seite 6)			
C1 - Emotionale Verlässlichkeit (Seite 7)			
C2 - Sicherheit & Halt im Alltag geben (Seite 8)			
O1 - Konsequenz & Fairness (Seite 9)			
O2 - Klar führen & einbeziehen (Seite 10)			
P1 - Partizipation ermöglichen (Seite 11)			
P2 - Verantwortung übergeben (Seite 12)			
E1 - Feedback mit Gelassenheit (Seite 13)			
E2 - Souverän bleiben in Konflikten (Seite 14)			

## Beispiel: Skill „Resilient handeln“

### Definition:

*In Belastungssituationen ruhig, lösungsorientiert und fürsorglich bleiben.*

### 1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?

Wenn mein Kind weint, schreit oder sich verweigert, atme ich bewusst durch, bleibe ruhig und versuche, die Situation zu verstehen, statt sofort zu reagieren. Ich Sorge dafür, dass ich selbst genug Schlaf, Bewegung und Pausen habe – damit ich in schwierigen Phasen stabil bleibe.

### 2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?

In stressigen Situationen – zum Beispiel bei Termindruck oder Konflikten im Team – kann ich einen kühlen Kopf bewahren. Ich lasse mich nicht von Emotionen leiten, sondern agiere besonnen und vorausschauend. Dadurch schaffe ich Vertrauen und Orientierung im Arbeitsumfeld.


### 3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:

- In einer Krisensitzung mit einem verärgerten Kunden konnte ich trotz persönlicher Vorwürfe ruhig bleiben, sachlich argumentieren und eine tragfähige Lösung finden.
- Ich erkenne früher, wenn ich erschöpft bin, und plane rechtzeitig kleine Pausen ein – statt wie früher „durchzupowern“.
- Bei Konflikten im Team achte ich darauf, nicht sofort zu urteilen, sondern erst zuzuhören und dann vermittelnd einzugreifen.

### 4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?

- In Phasen hoher Arbeitsdichte, indem ich auch dort auf Selbstfürsorge achte.
- In Teammeetings, indem ich bewusst Ruhe ausstrahle und Konfliktpotenziale frühzeitig entschärfe.

### 5. Reflexionssatz:

 „Resilient handeln bedeutet für mich im Job, in stürmischen Zeiten ruhig zu bleiben – und anderen durch meine Haltung Halt zu geben.“

## **Skill: Reflektiert führen**

Gefühle, Gedanken und Perspektiven bewusst wahrnehmen und berücksichtigen.

**1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

**2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

**3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

**4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

**5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Emotionale Selbstführung**

Eigene Reaktionen reflektieren und sich selbst in Führungssituationen regulieren.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Resilient handeln**

In Belastungssituationen ruhig, lösungsorientiert und fürsorglich bleiben.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Emotionale Verlässlichkeit**

Durch berechenbares Verhalten emotionale Sicherheit geben.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Sicherheit & Halt im Alltag geben**

Klar und verständlich handeln, auch in schwierigen Situationen.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Feedback mit Gelassenheit**

In Ruhe Rückmeldungen geben und Lerngelegenheiten nutzen.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Souverän bleiben in Konflikten**

Auch unter Druck fair, ruhig und deeskalierend bleiben.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Konsequenz & Fairness**

Verlässlich in Entscheidungen bleiben und Regeln fair gestalten.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Klar führen & einbeziehen**

Orientierung geben und Beteiligung ermöglichen.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Partizipation ermöglichen**

Kind zur Mitgestaltung und Selbstwirksamkeit ermutigen.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**



## **Skill: Verantwortung übergeben**

Altersgerecht Verantwortung übertragen und begleiten.

### **1. Was bedeutet dieser Skill im Familienalltag?**

### **2. Welche berufliche Bedeutung hat dieser Skill?**

### **3. Konkrete Beispiele aus meinem Arbeitsalltag:**

### **4. Wo könnte ich diesen Skill noch stärker einbringen?**

### **5. Reflexionssatz:**

