① Benennen

② Beschreiben

Was habe ich im Einzelnen getan?
Wie bin ich vorgegangen?

③ Auf den Punkt bringen

Was kann ich?
Was habe ich gelernt?
Und wie tue ich das?

④ Bewerten

Niveau			In welchem anderen Zusammenhang
A	B	C	habe ich diese Kompetenzen genutzt?

All dies sind Ihre Kompetenzen!