

AN INNOVATIVE  
OUTREACH  
PROGRAMME TO  
EQUIP ADULTS WITH  
DISSABILITIES WITH  
KEY COMPETENCES  
(SOCIAL  
ENTREPRENEURIAL  
AND DIGITAL)



## **ENTRE4ALL GEMEINSCHAFTSZENTREN**

Projektnummer: 2019-1-SI01-KA204-060426

### **Arbeitspaket 2. ENTRE4ALL Rucksack: Lernanleitung für den Aufbau von digitalen Zentren für soziales Unternehmertum**

#### **02.1. Trainings- und Lernmaterialien basierend auf einem interaktiven Lernzugang**

**VORLAGE:** Trainingstechniken und Handout für Erwachsenenbildner und  
Erwachsenenbildnerinnen/Lehrer und Lehrerinnen/Trainer und Trainerinnen

**Partner:** Emphasys Centre

**Datum:**

<b>Modul</b>	<b>1. Soziale Fähigkeiten</b>
<b>Übungsnummer</b>	<b>M4-T4-A11</b>
<b>Thema</b>	<b>Persönliches Wachstum</b>
<b>Lernergebnisse</b>	<p><b><u>Grundniveau (A): entspricht EQR Level 3-4</u></b></p> <p><u>Wissen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition der eigenen Stärken und Schwächen</li> </ul> <p><u>Fähigkeiten</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fähigkeit die eigenen Stärken und Schwächen zu identifizieren und selbstbewusst zu sein (kreative Fähigkeit und Schaffenskraft)</li> </ul> <p><u>Kompetenzen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung von Selbstermächtigung und Selbstvertrauen am Arbeitsplatz</li> </ul>
<b>Lernzugang</b>	<input type="checkbox"/> Blended Learning Möglichkeiten <input checked="" type="checkbox"/> Präsenztraining <input checked="" type="checkbox"/> individuelles E-Learning <input type="checkbox"/> Fernunterricht <input type="checkbox"/> praxisbezogenes Lernen <input checked="" type="checkbox"/> Gruppenarbeit <input type="checkbox"/> anderer (bitte angeben)
<b>Trainingstechnik</b>	<b>Vision für die Zukunft</b>
<b>Dauer</b>	<b>60 Minuten</b>
<b>Räumlichkeiten/ Ausstattung</b>	Kursraum, Internetzugang, Stühle, Tische
<b>Teilnehmende brauchen:</b>	<i>Notizbuch, Stift oder Bleistift</i>
<b>angehängte Arbeitsblätter</b>	B1-1: Vision für die Zukunft B1-2: Visionskollage
<b>Hauptaufgaben / Vorgehensweise</b>	<p><b>Aufgabe 1</b></p> <p>Der Trainer/die Trainerin spricht über die Unterschiede zwischen Stärken und Schwächen und erklärt, dass alle Menschen beides haben. Er/Sie nennt Beispiele wie, dass manche schneller, künstlerischer, organisierter, sozialer, usw. als andere sind. Jeder/jede kann nicht in allem großartig sein. Der Trainer/die Trainerin erklärt, dass sich eine Stärke auf eine Tätigkeit oder eine Aufgabe bezieht, für die die Person eine Begabung besitzt. Eine Schwäche, bezieht sich auf eine Tätigkeit oder Aufgabe, für die jemand Unterstützung braucht. Die Teilnehmenden sollen sich drei eigene Stärken und Schwächen überlegen oder aufschreiben. Der Trainer/Die Trainerin kann Beispiele wie: Kreativität,</p>

	<p>Durchhaltevermögen, Geduld, Organisationstalent, Tollpatschigkeit, Ungeduld, Nachdenklichkeit, etc. geben. Der Trainer/Die Trainerin bietet bei Bedarf Hilfe an. Die Teilnehmenden können alle ihre Antworten für sich behalten. Sie haben 15 Minuten Zeit für diese Übung. Dann wird mit den Teilnehmenden darüber gesprochen, wie sie diese Aufgabe fanden. (30 Minuten)</p> <p><b>Aufgabe 2</b> Arbeitsblatt 1 wird ausgeteilt und die Teilnehmenden sollen es ausfüllen. Sie haben dafür 15 Minuten Zeit. Es gibt keine richtigen und keine falschen Antworten. Das ist eine Übung zur Selbstreflexion, damit die Teilnehmenden eine Vision für ihre Zukunft entwickeln können. (20 Minuten)</p> <p><b>Aufgabe Abschluss (10 Minuten)</b> Mit den Teilnehmenden wird diskutiert, warum es wichtig ist eine Vision für die Zukunft zu haben und wie sie mit den eigenen Stärken und Schwächen zusammenhängt.</p>
<p><b>Nützliche Ressourcen in der DATENBANK</b></p>	<p><a href="#">Strengths: Lesson Plan</a> <a href="#">How to create a vision board that actually helps you get what you want out of life</a></p>
<p><b>Tipps</b></p>	<p><u>EQR Level 5 &amp; 6</u> <u>Lernziele</u> Verständnis der Verwendung einer Visionskollage Entwicklung einer Zukunftsvision und das Setzen von Zielen</p> <p>Bei dieser Aufgabe erstellen alle Teilnehmenden eine Visionskollage. Der Trainer/die Trainerin zeigt ein Beispiel her und erklärt den Teilnehmenden, was sie tun müssen. Die Teilnehmenden suchen mit Unterstützung des Trainers/der Trainerin online oder in Zeitschriften nach Bildern. Sie setzen sich Ziele in mindestens drei Bereichen – Beruf, Bildung, Sozialleben. Es gibt keine richtigen und falschen Antworten. Diese Übung hilft ihnen dabei ihre Lebensziele und ihre beruflichen Ziel zu identifizieren und ihr Selbstvertrauen aufzubauen.</p> <p><u>EQR Level 7 &amp; 8:</u> <u>Lernziele</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung einer Zukunftsvision mit Selbstvertrauen und Selbstermächtigung</li> <li>• Entwicklung einer Zukunftsvision mittels einer Visionskollage</li> </ul> <p>Den Teilnehmenden wird Arbeitsblatt 2 ausgeteilt und erklärt, was eine Visionskollage ist. Alle Teilnehmenden entwickeln ein Vision Board</p>

	basierend auf dem Beispiel, das der Trainer/die Trainerin herzeigt. Es gibt keine richtigen und falschen Antworten.
--	---



# Arbeitsblatt 1

## Arbeitsblatt B1-1: Vision für die Zukunft



Eine Vision definiert den optimalen, erwünschten Zustand in der Zukunft; sie zeigt, was du über einen längeren Zeitraum erreichen möchtest.

### A. Fülle die folgende Übung aus:

Schreibe die Bereiche deines Lebens auf, die du ändern willst:

#### ➤ Familie

.....

.....

.....

.....

.....

#### ➤ Ausbildung

.....

.....

.....

.....

.....

#### ➤ Persönliche Eigenschaften

.....

.....

.....

.....  
.....

➤ **Beruf**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Arbeitsblatt 2

### Arbeitsblatt B1-2: Visionskollage



#### Visionskollage

Eine visuelle Karte, die du erstellst, um dir deine bestmögliche Zukunft auszumalen.

#### A. Erstelle deine Visionskollage mit Hilfe der gegebenen Beispiele.

- Denke über die Bereiche deines Lebens nach, die du ändern möchtest: Bildung, Familie, persönliche Eigenschaften, Beruf, etc.
- Drucke oder schneide Bilder aus, die am besten passen und am interessantesten sind gemeinsam mit Worten/Zitaten.
- Hänge deine Visionskollage an einen Ort auf, wo du sie sehen kannst.

