

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

O2.1. 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:

Modul	1. Soziale Fähigkeiten
Übungsnummer	M4-T4-A12
Thema	Persönliches Wachstum
Lernergebnisse	<p><u>Grundniveau (A): entspricht EQR Level 3-4</u></p> <p><u>Wissen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Definition der eigenen Stärken und Schwächen <p><u>Fähigkeiten</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fähigkeit die eigenen Stärken und Schwächen zu identifizieren und selbstbewusst zu sein (kreative Fähigkeit und Schaffenskraft) <p><u>Kompetenzen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung von Selbstermächtigung und Selbstvertrauen am Arbeitsplatz
Lernzugang	<input type="checkbox"/> Blended Learning Möglichkeiten <input checked="" type="checkbox"/> Präsenztraining <input checked="" type="checkbox"/> individuelles E-Learning <input checked="" type="checkbox"/> Fernunterricht <input type="checkbox"/> praxisbezogenes Lernen <input type="checkbox"/> Gruppenarbeit <input type="checkbox"/> anderer (bitte angeben)
Trainingstechnik	Vision für die Zukunft
Dauer	40 Minuten
Räumlichkeiten/ Ausstattung	Kursraum, Internetzugang, Stühle, Tische
Teilnehmende brauchen:	<i>Notizbuch, Stift oder Bleistift</i>
angehängte Arbeitsblätter	B1-1: Reales und Ideales ich B1-2: Entscheidungsfindung
Hauptaufgaben / Vorgehensweise	<p>Aufgabe 1 Die Teilnehmenden diskutieren über das Treffen von Entscheidungen im Alltag. (10 Minuten)</p> <p>Aufgabe 2 Der Trainer/die Trainerin spricht mit den Teilnehmenden über die Fragen, die sie sich selbst stellen, wenn sie Entscheidungen treffen. Sie können über das Eingehen von Risiken und den daraus folgen Konsequenzen reden.</p>

	<p>Der Trainer/Die Trainerin erklärt, dass alle jeden Tag viele Entscheidungen treffen. Entscheidung darüber, was wir anziehen, was wir essen, wohin wir am Abend gehen. Das Treffen von vielen Entscheidungen fällt uns leicht.</p> <p>Der Trainer/die Trainerin gibt den Teilnehmenden folgende Beispiele und stellt ihnen folgende Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was entscheidest du dich morgens anzuziehen? • Was machst du normalerweise am Abend? <p>Der Trainer/Die Trainerin erklärt, dass manche Entscheidungen wichtiger sind als andere und gibt folgende Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Annehmen eines Jobangebots • auf die Universität gehen • einem Freund/einer Freundin erzählen, dass du ihm/ihr böse bist • eine Person um etwas bitten <p>Nach den Fragen, folgt eine Diskussion zum Thema Entscheidungsfindung. (20 Minuten)</p> <p>Aufgabe 3 Abschluss (10 Minuten)</p> <p>Der Trainer/die Trainerin gibt eine Zusammenfassung über das, was die Teilnehmenden gelernt haben. Er/Sie erklärt die Wichtigkeit von Entscheidungsfindung und persönlichem Wachstum im Alltagsleben.</p>
<p>Nützliche Ressourcen in der DATENBANK</p>	<p>How you can promote supported decision making for people with intellectual and developmental disabilities THE CHOICE (Short Animated Movie) Teaching Decision-Making Skills Exercise 1: Real Self & Ideal Self</p>
<p>Tipps</p>	<p><u>EQR Level 5 & 6</u> <u>Lernziele</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Verständnis der Bedeutung von Entscheidungsfindung und Verantwortung für das eigene Leben und die eigene Karriere zu übernehmen • Anwendung von Selbstermächtigung und Selbstvertrauen in der Entscheidungsfindung <p>Aufbauend auf der Identifikation von Stärken und Schwächen in der vorherig Aufgabe (MI-T4-A11) teilt der Trainer/die Trainerin das Arbeitsblatt B1-1: Entscheidungsfindung aus. Der Trainer/die</p>

	<p>Trainerin bittet die Teilnehmenden Eigenschaften ihres Realen und ihres Idealen Ichs (bezogen auf ihr berufliches Ziel) aufzuschreiben und wie sie sich so weiterentwickeln können, dass sie auch die Eigenschaften des Ideal Ichs in der Wirklichkeit haben können. Der Trainer/Die Trainerin hilft den Teilnehmenden nach Bedarf.</p> <p><u>EQR Level 7 & 8:</u> <u>Lernziele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vergleich von positiven und negativen Entscheidungsfindungen • Evaluierung des Entscheidungsfindungsprozesses <p>Der Trainer/die Trainerin teilt die Teilnehmenden in zwei Gruppen ein. Danach sollen sie Arbeitsblatt 2 lesen und ausfüllen.</p>
--	--

Arbeitsblatt 1

B1.1: Reales und Ideales Ich

<p>Teil 1 Identifiziere dein reales Ich</p>	<p>ideales Ich</p>
<p>a. Beschreibe, wie du deine momentane berufliche Situation einschätzt</p>	<p>b. Beschreibe deine ideale berufliche Situation so detailliert wie möglich</p>
<p>Teil 2 Mache eine Bewertung von deinem realen Ich</p>	<p>deinem idealen Ich</p>
<p>c. Beschreibe, wie du dich beruflich weiterentwickeln kannst (Fähigkeiten, Erfahrungen)</p>	<p>d. Welche Entscheidung kannst du treffen, um deine Berufsziele wirklich zu erreichen?</p>

Arbeitsblatt 2

Arbeitsblatt B1-2: Entscheidungsfindung

Schritte zur effektiven Entscheidungsfindung

1. Identifikation der Entscheidung
2. Informationen sammeln
3. Alternativen identifizieren
4. die Beweise abwägen
5. eine der Alternativen auswählen
6. eine Handlung setzen
7. Überprüfen der Entscheidung

A. Übung zur Entscheidungsfindung

Dein Vorgesetzter/Deine Vorgesetzte bittet dich mit einem Kollegen/einer Kollegin an einem neuen Projekt zu arbeiten. Dein Kollege/Deine Kollegin bittet dich alle Aufgaben zu übernehmen und ist nicht behilflich. Du bittest ihn/sie dir zu helfen, andernfalls wirst du mit deinem Vorgesetzten/deiner Vorgesetzten darüber sprechen. Dein Kollege/deine Kollegin schimpft dich und fühlt sich von dir angegriffen. Welche Schritte sind am besten für eine Entscheidungsfindung?

Schritt 1: Entspanne dich. Nimm einen tiefen Atemzug und atme alle Luft aus.

Schritt 2: Baue dein Selbstvertrauen auf.

Schritt 3: Was ist das Problem?

Schritt 4: Zähle alle mögliche Lösungen auf. Am Arbeitsblatt ist Platz für 4 Lösungen, aber es kann sein, dass dir mehr oder weniger einfallen. Verwende zusätzliches Papier, wenn notwendig.

1. Lösung:
2. Lösung:
3. Lösung:
4. Lösung:

Schritt 5: Zähle für jede Lösungsmöglichkeiten die positiven und die negative Folgen auf.

Alternative 1

Positive Folgen:

Negative Folgen:

Alternative 2

Positive Folgen:

Negative Folgen:

Alternative 3

Positive Folgen:

Negative Folgen:



Alternative 4

Positive Folgen:

Negative Folgen:

Schritt 6: Was ist dir wichtig?

Schritt 7: Triff die Entscheidung.

