

# Hannah B., Studentin



Hannah B. ist 21 Jahre. Sie ist ledig und wohnt in einer Studenten-WG am Studienort. Aufgewachsen ist sie in einer ländlichen Gegend. In ihrer großen Familie (sie hat vier Geschwister) hat sie immer sehr viele Anregungen bekommen und konnte sich auf Unterstützung für ihre vielen Begabungen verlassen

*Am Schwarzen Brett in der Uni hat Hannah B. ein Plakat gesehen, das zur ProfilPASS-Beratung informiert. Da fällt ihr ein, dass eine Kommilitonin, die eigentlich das Studium abbrechen wollte, sehr gute Erfahrungen mit der Beratung gemacht hatte. Vielleicht könnte ein Gespräch auch ihr helfen, Klarheit über ihre Ziele zu gewinnen.*

**„Ich habe so viele Ideen. Ich weiß gar nicht, wo ich anfangen soll.“**

## Wie kommt Hannah B. in die Beratung?

Hannah B. ist sehr wach und tatkräftig. Aber manchmal hat sie so viele neue Einfälle, dass sie sich gar nicht entscheiden kann, wo sie mit der Umsetzung beginnen soll. Ihre größte Sorge ist, dass gute Ideen auf der Strecke bleiben, weil sie schon wieder neuen spannenden Gedanken nachgeht.

Da sie festentschlossen ist, nach dem Studium nicht nur Spaß an der Arbeit zu haben, sondern auch rasch für solide wirtschaftliche Grundlagen zu sorgen, hofft sie auf konstruktive Unterstützung durch einen ‚neutralen Blick von außen‘.

## Wie beginnt die Beratung?

Hannah B. kommt mit sehr konkreten Vorstellungen in die ProfilPASS-Beratung, die den Studierenden kostenfrei angeboten wird.

Der Berater muss nicht detailliert erklären, was ProfilPASS-Beratung bedeutet und wie die gemeinsame

Arbeit verlaufen wird, da Hannah bereits recherchiert hat und sich ausführlich mit einer Studienkollegin über deren Erfahrungen mit der ProfilPASS-Beratung ausgetauscht hat. Der Berater stellt einige gezielte Fragen und ist dann sicher, dass beide von gleichen Erwartungen ausgehen.



## Meine Erwartungen

**Was genau erwarten Sie von der ProfilPASS-Beratung? Welches Ziel haben Sie?  
Und was erwarten Sie konkret von Ihrer Beraterin, von Ihrem Berater?  
Was muss sie, was muss er leisten?**

Ich erwarte von der ProfilPASS-Beratung Klarheit über mein weiteres Vorgehen. Mein Ziel ist, einen Überblick über meine Begabungen, Interessen und Fähigkeiten zu bekommen.

### Meine Sorgen

1. Da ich so viele Ideen habe, könnte es sein, dass etwas verloren geht, deshalb möchte ich den Überblick.
2. Einen Handlungsplan finde ich spannend. Andererseits befürchte ich, dass ein solcher Plan mich einengt, indem er mich daran hindert, spannenden neuen Ideen nachzugehen.

Schreiben Sie Ihre Antworten auf, dann werden Ihre Gedanken präziser.

Diskutieren Sie Ihre Notizen mit Ihrer Beraterin oder Ihrem Berater. So erzielen Sie gemeinsam die besten Ergebnisse.



**Und was ist Ihr Beitrag?**

**Wie viel Zeit setzen Sie ein? Wie oft werden Sie sich in welchem Zeitraum mit Ihrem Thema beschäftigen?  
Was tun Sie selbst, damit Sie das oben genannte Ziel erreichen?**

Ich will mich während der Dauer der Beratung voll auf dieses ‚Projekt‘ konzentrieren. Auch deshalb, weil ich schnell Ergebnisse sehen will. Deshalb habe ich bei meinen Jobs eine Pause eingelegt, um mich zwischen den Treffen so gut wie möglich vorzubereiten.

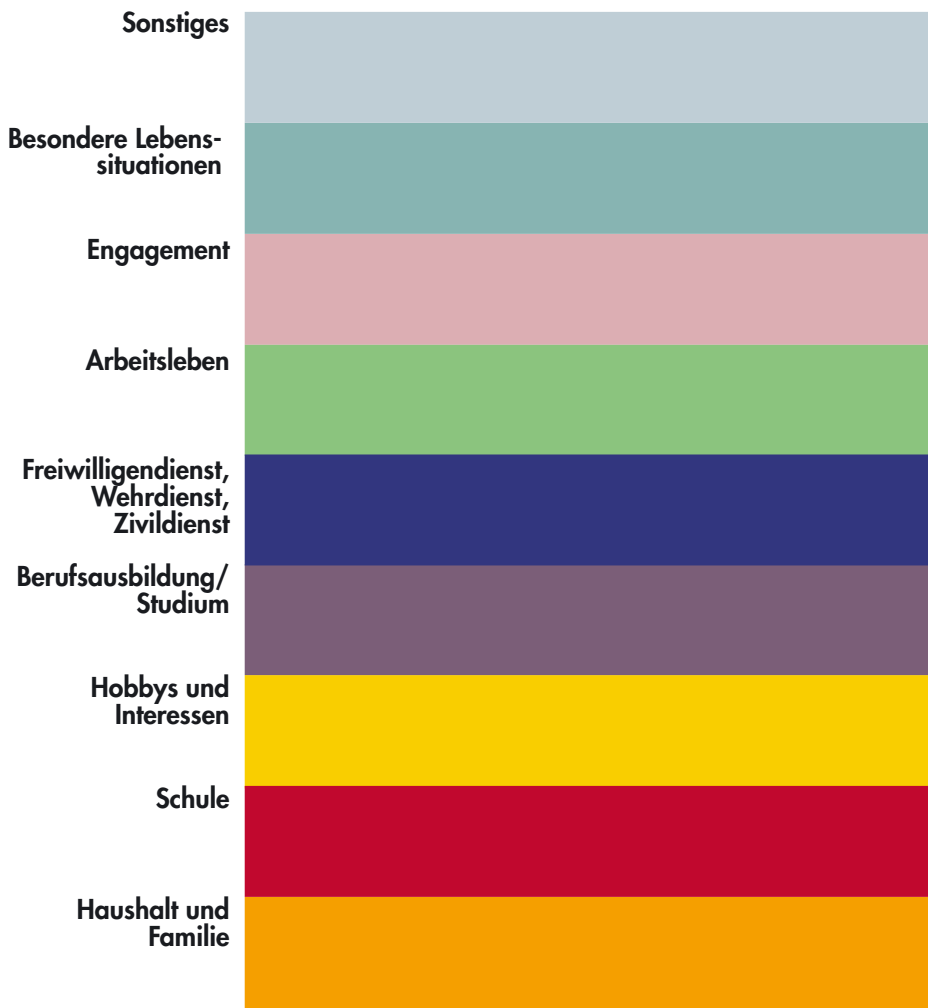
**Ziel erreicht?**

**Woran werden Sie nach der Beratung erkennen, dass die Arbeit gelungen ist, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?**

Wenn ich nach der Beratung absolut sicher bin, wie mir der Balance-Akt zwischen ‚Plan-Erfüllung‘, Ziel-Erreichung und (für mich lebensnotwendiger) kreativer Freiheit gelingen wird.

So hat Hannah B. die Frage nach ihren Erwartungen beantwortet.

# Tätigkeitsfelder im ProfilPASS



*In welcher Reihenfolge Sie die Tätigkeitsfelder bearbeiten wollen, entscheiden Sie selbst. Sie können mit dem Feld beginnen, zu dem Ihnen spontan am meisten einfällt. Oder mit einem Feld, das Sie gar nicht mögen.*

ProfilPASS-Beratung bedeutet Biografie-Arbeit. Das heißt: Wir schauen uns das eigene Leben an und arbeiten heraus, was wir wann in welchem Zusammenhang gemacht haben.

Und da alle Tätigkeiten mit Erfahrungen verbunden sind, enthalten alle Tätigkeiten Lernchancen. Wenn wir uns anschauen, was wir gemacht haben, spüren wir gleichzeitig unser Wissen, unser Können, also unsere Kompetenzen auf.

Abgerundet wird das Bild, wenn wir Interessen und Träume genauer betrachten. Aus dem Ergebnis lassen sich Ziele ableiten, die anschließend erfolgversprechend umgesetzt werden können.

Sie können den ProfilPASS allein bearbeiten. Seine volle Wirksamkeit entfaltet der ProfilPASS jedoch erst in einer Beratung. Ein Gegenüber, ein anderer Mensch, der Fragen stellt, erweitert die eigene Sicht um weitere Perspektiven und hilft Ihnen, so viele Schätze wie möglich zu bergen. Denn für die meisten Menschen gilt: Sie können viel mehr als Sie denken!

**Das erklären die Beratenden zu Beginn einer Beratung.**

## So arbeiten Sie mit den Tätigkeitsfeldern

Schritt 1: Schauen Sie sich an, welche Tätigkeitsfelder der ProfilPASS vorschlägt (Ja, es sind nur Vorschläge – Sie können auch andere Namen für die Felder benutzen.).

Schritt 2: Sammeln Sie Stichworte zu den Tätigkeitsfeldern, zu denen Ihnen etwas einfällt oder zu denen Sie einen persönlichen Bezug haben.

Schritt 3: Tragen Sie jetzt auf dem Zeitstrahl ein, in welchen Zeitabschnitten, welche Tätigkeitsfelder auftauchen. Es kann sein, dass in den unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern gleichzeitig etwas passiert. Es kann sein, dass Tätigkeitsfelder in bestimmten Lebensphasen verschwinden und später wieder auftauchen oder gar nicht mehr da sind.

\* Mein Leben - ein Überblick

## Wichtige Tätigkeitsfelder in meinem Leben



Hier bitte nur Stichworte eintragen!

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>Hobbys und Interessen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Musik</li> <li>- essbare Wildpflanzen</li> <li>- Fotografieren</li> <li>- Film</li> <li>- Literatur/Schreiben</li> <li>- Malen/Zeichnen</li> </ul> | <p><b>Haushalt und Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Essen zubereiten</li> <li>- um jüngere Geschwister kümmern</li> <li>- Gartenarbeit</li> <li>- Hund versorgen</li> <li>- Aufräumen</li> <li>- Saubermachen</li> <li>- Waschen</li> </ul> | <p><b>Schule</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschule</li> <li>- Gymnasium (Abitur)</li> <li>- Internet AG</li> <li>- Klassensprecherin</li> </ul>  |
| <p><b>Berufsausbildung/Studium</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Studium</li> <li>- ASTA-Mitarbeit</li> </ul>  | <p><b>Freiwilligendienst, Wehrdienst, Zivildienst</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Freiwilliges Jahr in einem Altenheim in Israel</li> </ul>  | <p><b>Arbeitsleben: Jobs, Praktika und Weiterbildungen</b></p> <p><u>Jobs</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hostess auf Messen</li> <li>- Jobs im Hotelbereich</li> <li>- Jobs in Feriencamps</li> </ul> <p><u>Weiterbildungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- diverse Computerkurse</li> <li>- Ersthelferin/Sanitäterin</li> </ul> |
| <p><b>Engagement, z. B. im sozialen, politischen, religiösen Bereich</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ferienfreizeiten für Kinder/Jugendliche</li> <li>- Mitarbeit bei amnesty international</li> </ul>         | <p><b>Besondere Lebenssituationen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tod des Großvaters</li> </ul>  | <p><b>Sonstiges</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sport</li> <li>- Ernährung</li> </ul>  |

Diese Stichworte hat Hannah B. zu den Tätigkeitsfeldern eingetragen.

# Tätigkeitsfelder im ProfilPASS



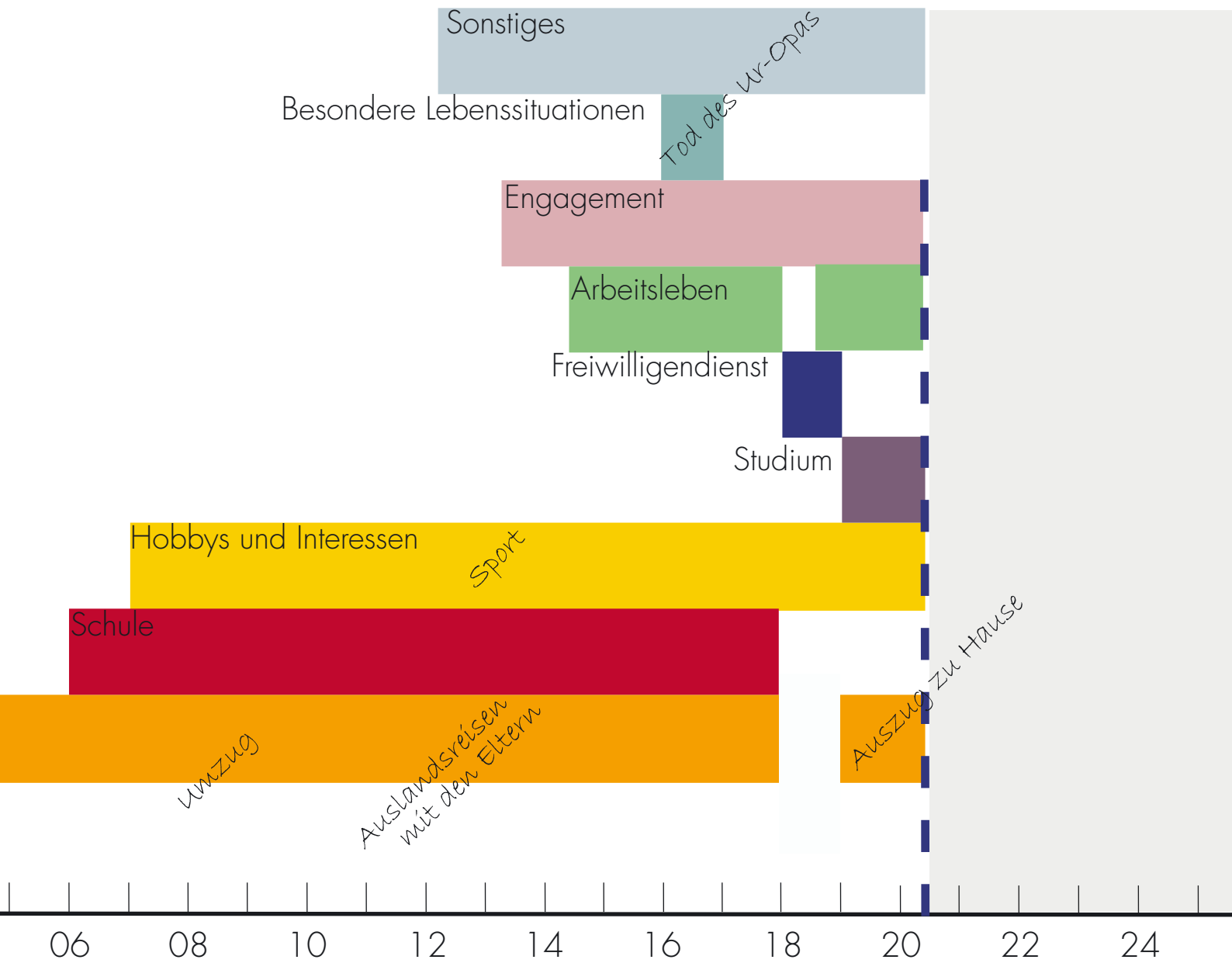
Hannah B. hat sich für die Beratung die gelb hinterlegten Tätigkeitsfelder ausgesucht. Sie hätte aber, wenn mehr Zeit zur Verfügung gestanden hätte, zu allen Feldern etwas erzählen können.

**Hannah B.  
will am liebsten  
alle Tätigkeits-  
felder  
untersuchen**

## So hat Hannah B. mit den Tätigkeitsfeldern gearbeitet

Schritt 1: Hannah B. hat sich die Tätigkeitsfelder angeschaut; sie hat entschieden, dass die Betrachtung aller Tätigkeitsfelder für sie gewinnbringend ist.  
Schritt 2: Sie hat zu allen Feldern Stichworte gesammelt.

Schritt 3: Danach hat sie Eintragungen auf dem Zeitstrahl vorgenommen und hat dann die drei gelb unterlegten Felder für die Beratung ausgesucht. Das Feld 'Besondere Lebenssituationen' hätte sie nicht gewählt. Erst durch das Nachhaken des Beraters entschied sie sich auch dafür.



**Hier findet die Beratung statt**

*Dies ist ein Ausschnitt aus Hannah B.s Lebenslinie.*



## Besondere Lebenssituationen

**Kurzvorab:** Würden Sie sagen, dass Sie in Ihrem Leben besonders prägende Ereignisse oder Zeiten erlebt haben? Woran denken Sie zuerst?

Ich denke zuerst an den Tod meines Ur-Opas. Zu ihm hatte ich eine sehr intensive Beziehung. Wir haben sehr viele Gespräche geführt, die mich sehr geprägt haben. Sein Tod war wie ein plötzliches schwarzes Loch.

### Schritt ① Benennen

Haben Sie in Ihrem Leben besonders prägende Situationen oder Zeiten erlebt? Zeiten von besonderer Unsicherheit, wie Arbeitslosigkeit oder Trennung, Zeiten tiefer Trauer durch den Verlust eines vertrauten Menschen, Zeiten großer Freude, wie die Geburt eines Kindes, oder andere Zeiten, die einen gewissen Einschnitt oder Umbruch in Ihrem Leben bedeutet haben?

Besondere Lebenssituationen führen dazu, nachzudenken und zu verarbeiten. Vielleicht ändert sich die eigene Einstellung oder das eigene Verhalten. Wenn daraus Lösungen entstehen, entwickeln sich auch neue Kompetenzen. Bitte nennen Sie besondere Situationen in Ihrem Leben.

Denken Sie daran, dass der **ProfilPASS** Ihr persönliches Dokument ist. Sie allein entscheiden, ob Sie anderen einen Einblick gewähren oder nicht.

### Besondere Lebenssituationen

Mein Ur-Opa war natürlich schon immer alt. Aber er wirkte so vital auf mich, dass ich eigentlich nicht wahrhaben wollte, dass er sterben würde. Als es dann passierte, war ich nicht wirklich darauf vorbereitet. Aber kann man sich auf einen Verlust überhaupt vorbereiten?

---



---



---



---



---



**Gibt es etwas, das Sie in dieser Situation oder in diesen Zeiten besonders beeindruckt oder beschäftigt hat?**

Ich musste mein Leben danach irgendwie neu sortieren, um weitermachen zu können. Deshalb hatte ich beschlossen, ein Projekt aus meiner Verarbeitung zu machen. Damit wollte ich alle Erinnerungen an meinen Ur-Opa sammeln und gleichzeitig das ‚retten‘, was ich durch die vielen Gespräche mit ihm gelernt habe. Denn er hat mein Denken geprägt. Ich habe so unbeschreiblich viel von ihm gelernt.

**Haben Sie während dieser Zeit(en) einen oder mehrere Kurse mit dem Anliegen besucht, diese Situation zu bewältigen?**

**Oder haben Sie bestimmte Bücher gelesen oder Apps und Webseiten genutzt?**

**Was war das und was hat Sie daran besonders interessiert?**

**Titel**

**Grund**

Für die Realisierung meines Projektes war es sehr hilfreich, dass ich in der Schule bei der Internet-AG mitmachte. Dadurch war es für mich sehr einfach, die Website zu gestalten.

Kein besonderer Grund - nur ein glückliches Zusammentreffen.

*Dies hat Hannah B. außerdem zum Tätigkeitsfeld ‚Besondere Lebenssituationen‘ notiert.*



# TOD DES UR-GROSSVATERS

## Einzelne Tätigkeiten

### Schritt 2: Beschreiben

Was genau haben Sie getan?  
Welche Schritte waren notwendig?

### Schritt 3: Auf den Punkt bringen

Was können Sie?  
Was haben Sie gelernt?  
Wie tun Sie es?

### Schritt 4: Bewerten

Wie bewerten Sie Ihre Kompetenzen?

*Im nächsten Schritt hat Hannah B. über die Verarbeitung des Todes ihres Ur-Großvaters nachgedacht.*



## Freiwilligendienst, Wehrdienst, Zivildienst

**Kurzvorab:** Was denken Sie über Ihre Zeit in einem Freiwilligendienst oder Ihre Zeit beim Wehrdienst bzw. Zivildienst? Was hat Ihnen diese Zeit gebracht?

Mein Entschluss, nach Israel zu gehen, hängt mit dem Tod meines Urgroßvaters zusammen (er war Jude). Vielleicht hatte ich die Hoffnung, dort Menschen zu treffen, die ihm ähnlich waren, weil sie vergleichbare Erfahrungen gemacht hatten.

### Schritt ① Benennen

Zu diesem Tätigkeitsfeld gehören meistens Aktivitäten aus der Zeit nach der Schule und vor der Berufsausbildung. Beispiele sind: das Freiwillige Soziale oder Ökologische Jahr (FSJ/FOJ), der Bundesfreiwilligendienst (BFD), der Internationale Jugendfreiwilligendienst (IJFD).

Viele Menschen arbeiten vor ihrer Ausbildung oder später als Freiwillige in Krankenhäusern, Altenheimen, Kindergärten oder für den Erhalt der Umwelt, häufig auch im Ausland.

Diese Zeit dient oft der beruflichen Orientierung. Wenn Sie diese Zeit im Ausland verbracht haben, notieren Sie bitte auch den Namen des Landes.

| Art des Dienstes<br>(Freiwilligen-, Wehr-, Zivildienst)                    | Wann?<br>(von – bis) | Wo?<br>(Einrichtung) |
|--|----------------------|----------------------|
| Freiwilligendienst im Dorot Geriatric Center in Israel<br>Dauer: 12 Monate |                      |                      |
|  |                      |                      |
|  |                      |                      |

Diese Eintragungen hat Hannah B. zum Tätigkeitsfeld 'Freiwilligendienst' gemacht.

Gibt es Tätigkeiten, Erlebnisse oder Erfahrungen, die Sie während Ihres Freiwilligen-, Wehr- oder Zivildienstes besonders interessieren bzw. interessiert haben?  
Welche sind bzw. waren das und warum?

- Gespräche mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben wie mein Urgroßvater
- Umgang mit älteren Menschen in einem anderen Land

Haben Sie während Ihres Freiwilligen-, Wehr- oder Zivildienstes einen oder mehrere Kurse besucht?  
Haben Sie z. B. beim Wehrdienst einen Führerschein oder einen technischen Grundbildungskurs gemacht?  
Haben Sie im Zivildienst oder im Freiwilligendienst an einem Kurs oder Lehrgang teilgenommen?  
Oder haben Sie bestimmte Bücher gelesen oder Apps und Webseiten genutzt?  
Was war das und was hat Sie daran besonders interessiert?

**Titel**

**Grund**

Hebräisch-Kurs

Dank meines Urgroßvaters hatte ich schon vorher damit begonnen, Hebräisch zu lernen, allerdings nicht das moderne Hebräisch, das im Alltag gesprochen wird.

Katastrophenschutz-übungen

Alle nehmen daran teil.

Krav Maga Training

Viele meiner neuen Freunde machen das.

Wenn Sie eine Bescheinigung erhalten haben, legen Sie diese mit anderen Bescheinigungen an einem Ort ab (z. B. in einem Extraordner). Scannen Sie Ihre Unterlagen zusätzlich ein.

Meine Tätigkeitsfelder – eine Dokumentation | Freiwilligendienst, Wehrdienst, Zivildienst

Wenn Sie die Möglichkeit haben, sich diese Aktivitäten von einer anderen Person bestätigen zu lassen, nutzen Sie diese Gelegenheit. Sammeln Sie Bescheinigungen an einem Ort (z.B. in einem Extrordner) und scannen Sie Ihre Unterlagen zusätzlich ein.

Welche Aufgaben und Pflichten hatten Sie während Ihres Freiwilligendienstes, Wehrdienstes, Zivildienstes?

| Freiwilligen-, Wehr-, Zivildienst            | Aufgaben, Pflichten, Projekte   |
|--|---|
| Tätigkeit in einem Senioren-Center in Israel | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Essen bringen</li> <li>- beim Essen unterstützen, wenn erforderlich</li> <li>- Patienten bei Bedarf betreuen bzw. Pflegepersonal informieren/unterstützen</li> <li>- Patienten zu den Behandlungen (Physiotherapie) oder Untersuchungen bringen (Röntgen) und abholen</li> <li>- Reinigungsarbeiten (Wohnräume, Badezimmer, Betten)</li> <li>- Arbeitsmaterialien des Pflegepersonals aktuell halten (Material auffüllen, sterilisieren ...)</li> <li>- Unterstützung des Wäsche-Dienstes (Schmutzwäsche einsammeln ...)</li> <li>- Botengänge zwischen Pflegeabteilung, Küche, Apotheke, Labor</li> </ul> |

11 ProfilPASS

Dies hat Hannah B. zu den einzelnen Tätigkeiten des Tätigkeitsfeldes ‚Freiwilligendienst‘ geschrieben.

# FREIWILLIGENDIENST

## Einzelne Tätigkeiten

### Schritt 2: Beschreiben

Was genau haben Sie getan?  
Welche Schritte waren notwendig?

### Schritt 3: Auf den Punkt bringen

Was können Sie?  
Was haben Sie gelernt?  
Wie tun Sie es?

### Schritt 4: Bewerten

Wie bewerten Sie Ihre Kompetenzen?

## Der zweite Schritt: Beschreiben

Was habe ich genau getan und welche Schritte waren notwendig?

- Ich habe mich über verschiedene Möglichkeiten informiert.

## Der dritte Schritt: Auf den Punkt bringen

Was kann ich?  
Was habe ich gelernt?  
Wie tue ich das?

Ich kann ziel führend recherchieren.

## Der vierte Schritt: Bewerten

Wie bewerte ich das?

Bewertung **C**

- Ich habe die Entscheidung für Israel getroffen.

Ich kann Entscheidungen treffen, indem ich Infos sammle, Kriterien finde und abwäge.

Bewertung **B**

- Ich habe Lebenslauf und Motivationsschreiben auf Deutsch und auf Englisch formuliert.

Ich kann mich sowohl auf Deutsch als auch auf Englisch angemessen ausdrücken.

Bewertung **B**

- Ich habe die Reise geplant und organisiert.

Ich habe gelernt, für einen 1-jährigen Aufenthalt zu planen (mit selbst erstellten Checklisten).

Bewertung **B**

- Ich habe Essen serviert und Patienten beim Essen und die Pfleger bei der Körperpflege unterstützt.

Ich kann hilfsbedürftige Menschen unterstützen. Nach einer Einweisung kann ich dies selbstständig durchführen.

Bewertung **B**

- Ich habe Patienten zu den Anwendungen und Behandlungen begleitet.

Ich kann mich (mit den Menschen, die ich betreue) in ein Gesamtsystem eingliedern (Zeitmanagement).

Bewertung **C**

- Ich habe Reinigungsarbeiten übernommen und den Wäschedienst unterstützt.

Da ich bereits in Hotels gearbeitet habe, bin ich gewohnt, schnell und sauber zu arbeiten.

Bewertung **C**

- Ich habe Botengänge für den Pflegedienst, die Küche, die Apotheke und das Labor übernommen.

Auch für die Botengänge auf einem großen Gelände ist gutes Zeitmanagement erforderlich, denn ich musste dabei immer meine Folgeaufgaben (Unterstützung beim Essen ...) im Auge behalten.

Bewertung **C**



## Engagement, z.B. im sozialen, politischen, religiösen Bereich

**Kurz vorab:** Falls Sie sich engagieren, was sind Ihre Motive dafür?  
**Warum sind Sie ehrenamtlich tätig?**

Die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen hat mir schon immer Spaß gemacht. Ich habe eine sehr glückliche Kindheit gehabt, davon möchte ich etwas weitergeben.

Das Buch ‚Geisterhaus‘ von Isabel Allende (Schullektüre) hat mich sehr schockiert. Danach habe ich beschlossen, bei ai mitzuarbeiten.

### Schritt ① Benennen

Viele Bereiche des öffentlichen, sozialen oder religiösen Lebens sind ohne das freiwillige Engagement der Menschen nicht mehr denkbar. Gleichzeitig bietet ein Engagement viele Möglichkeiten, etwas zu lernen, was im beruflichen und privaten Leben von Bedeutung ist. Bitte notieren Sie Ihre Tätigkeiten.

| Institution, Verein                 | Wann?<br>(von - bis) | Tätigkeit  |
|-------------------------------------|----------------------|--|
| Evangelische Kirchengemeinde        | 2006-2010            | in den Sommerferien: Jugendleiterin für Ferienfreizeiten |
| Mitarbeit bei Amnesty International | seit 2007            | Mitarbeit in der örtlichen Gruppe                        |
|                                     |                      |  |
|                                     |                      |  |
|                                     |                      |  |
|                                     |                      |  |
|                                     |                      |  |
|                                     |                      |  |

Diese Stichworte hat Hannah B. zum Tätigkeitsfeld ‚Engagement‘ eingetragen.

# ENGAGEMENT

## Einzelne Tätigkeiten

### Schritt 2: Beschreiben

Was genau haben Sie getan?  
Welche Schritte waren notwendig?

### Schritt 3: Auf den Punkt bringen

Was können Sie?  
Was haben Sie gelernt?  
Wie tun Sie es?

### Schritt 4: Bewerten

Wie bewerten Sie Ihre Kompetenzen?

*Im nächsten Arbeitsschritt geht es um  
das Tätigkeitsfeld ‚Engagement‘.*



## Der zweite Schritt: Beschreiben

Was habe ich genau getan und welche Schritte waren notwendig?

- Ich habe gemeinsam mit anderen Jugendleitern die Aktivitäten geplant, vorbereitet und durchgeführt.

## Der dritte Schritt: Auf den Punkt bringen

Was kann ich?  
Was habe ich gelernt?  
Wie tue ich das?

Ich kann mir die Wünsche und Fähigkeiten der Kinder vorstellen und abgestimmt auf ein Gesamtkonzept Aktivitäten planen. Ich kann komplexe Zusammenhänge überblicken, einschätzen und koordinieren.

## Der vierte Schritt: Bewerten

Wie bewerte ich das?

Bewertung 

- Ich habe Kindergruppen betreut.

Ich kann eine (Kinder-)Gruppe begleiten und führen.

Bewertung 

- Ich habe in unerwarteten Situationen schnell und angemessen reagiert.

Ich konnte bei Pannen im Ablauf und bei kleinen Unfällen flexibel und sicher handeln.

Bewertung 



- Ich habe die Öffentlichkeitsarbeit für unsere örtliche ai-Gruppe organisiert.

Ich kann Pressemitteilungen schreiben und Veranstaltungen (Infostände in der Innenstadt) so planen, dass sie Aufmerksamkeit finden.  
Ich kenne die Vorschriften für Infostände (Anmeldung beim Ordnungsamt).






Bewertung 

## Meine Kompetenzen – eine Übersicht

Übertragen Sie nun in den unten stehenden Kästen die Kompetenzen, die Sie auf den Seiten 68 und 69 mit den Symbolen markiert haben.

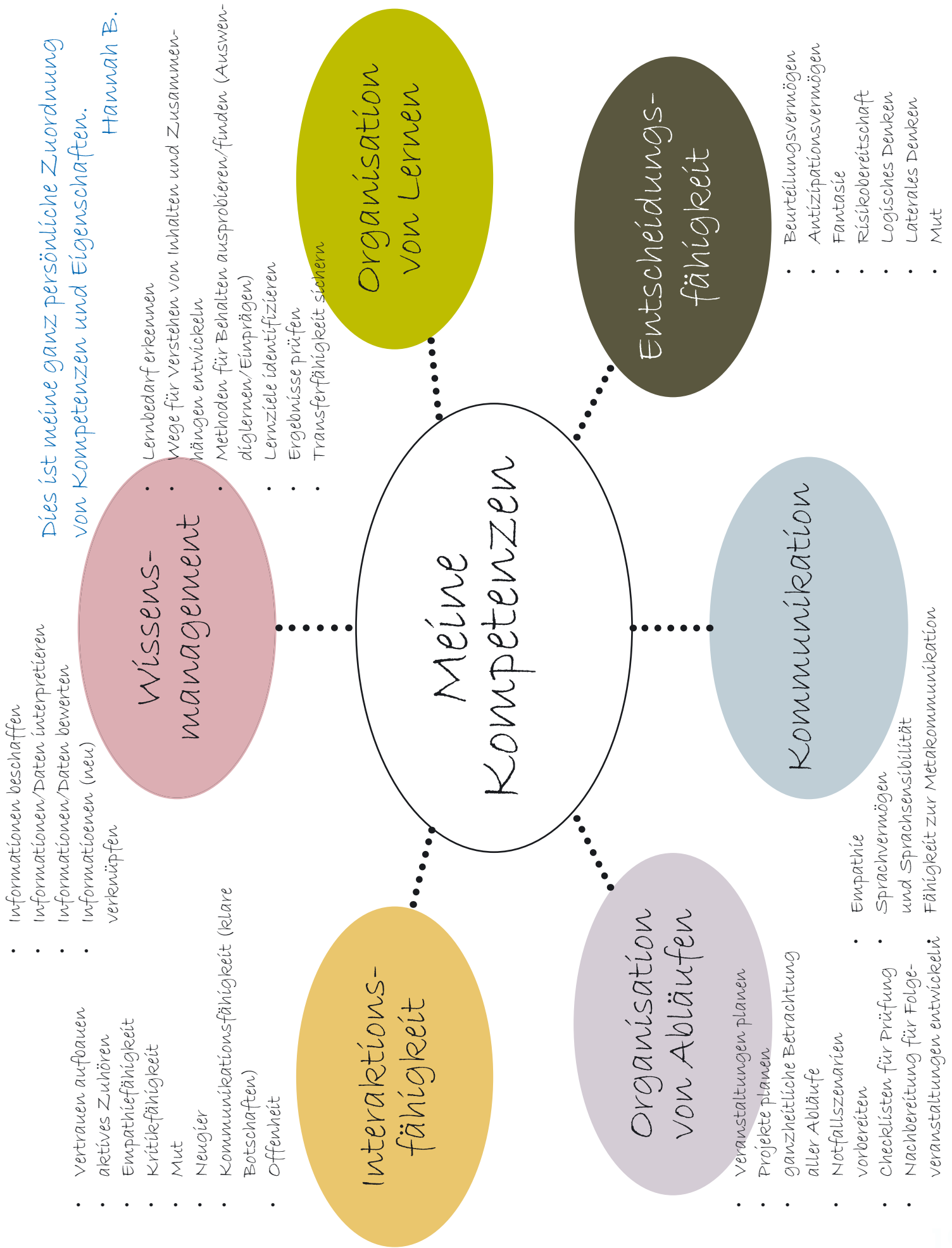
-  Das mache ich besonders gerne.
-  Diese Kompetenz zeigt sich mehr als einmal.
- Das möchte ich besser können



- Ich kann mich sehr gut in andere Menschen hineinversetzen und dadurch Vertrauen schaffen. 
  - Ich kann das Erlernen einer Sprache (Hebräisch) organisieren und erfolgreich durchführen. 
  - Ich kann zielgerichtet recherchieren. 
  - Ich kann Daten/Informationen sammeln, interpretieren, bewerten und verknüpfen. 
  - Ich kann Rechercheergebnisse so aufbereiten und präsentieren, dass andere sich dafür interessieren.  
Ich kann komplizierte Prozesse (ein- und mehrtägige Veranstaltungen) planen und durchführen (organisieren). 
- 
- 
- 
-

Dies ist meine ganz persönliche Zuordnung von Kompetenzen und Eigenschaften.

Hannah B.



Im Gegensatz zur Qualifikation wird unter Kompetenz all das verstanden, was ein Mensch tatsächlich weiß und kann.

Menschen, die kompetent handeln, nutzen ihr Wissen, ihre Fertigkeiten und Fähigkeiten auf der Grundlage ihrer Werte und Einstellungen.

Anders als Qualifikationen umfassen Kompetenzen auch die Bereitschaft, eigenverantwortlich zu handeln.

Meine Ziele und die nächsten Schritte

Wenn Sie ganze Sätze formulieren, fällt es Ihnen später leichter, über sich selbst zu sprechen.

## Meine Eigenschaften!



Hier geht es um Ihre persönlichen Eigenschaften, also darum, wie Sie sind und welche Neigungen Sie haben.

Eigenschaften beschreiben auch, wie Sie eine Tätigkeit ausführen, wie Sie mit Menschen, Situationen und Dingen, mit auftretenden Problemen, Krisen oder mit Freude umgehen.

Was charakterisiert Sie?

Diese Liste mit Eigenschaftswörtern kann Sie anregen, Ihre persönlichen Eigenschaften zu finden.

- analytisch
- ausdauernd
- begeisterungsfähig
- beharrlich
- besonnen
- diplomatisch
- diskret
- durchsetzungsstark
- effektiv
- engagiert
- flexibel
- ganzheitlich und in Zusammenhängen denkend
- geduldig
- genau
- kritikfähig
- logisch-abstrakt denkend
- ordnungsliebend
- praktisch
- risikobereit
- selbstständig
- sprachbegabt
- tolerant
- zuverlässig

**Beschreiben Sie mindestens drei Ihrer Eigenschaften: In welcher konkreten Situation oder in welchen Zusammenhängen zeigt sich diese spezielle Eigenschaft?**

begeisterungsfähig

Ich bin neugierig, vor allem auf Menschen – darauf wie sie wahrnehmen und denken. Und da alle Menschen anders sind, gibt es immer Neues zu entdecken.

engagiert

Wenn ich von etwas überzeugt bin, setze ich mich voll und ganz dafür ein.

Ich bin dankbar dafür, dass es mir, meiner Familie und meinen Freunden gut geht. Ich fühle mich reich beschenkt und möchte ganz viel ab- bzw. zurückgeben.

zuverlässig

Wenn ich Aufgaben übernehme, ist es selbstverständlich, dass ich bei der Ausführung/Umsetzung mein Bestes gebe. Egal, ob ich mich anderen gegenüber verpflichtet habe oder mir selbst gegenüber.



[www.profilpass.de/download](http://www.profilpass.de/download)

Wissen Sie, wie andere Menschen Sie wahrnehmen, z. B. Ihre Freunde, jemand aus Ihrer Familie oder jemand aus dem beruflichen Umfeld? Nutzen Sie das Blatt für eine Fremdeinschätzung im Downloadbereich.

Die engekennzeichneten Eigenschaftswörter fand Hannah B. richtig für sich. Drei Eigenschaften hat sie beschrieben.

## Meine Interessen



Wofür brennen Sie?  
 Gibt es ein Thema, das Sie ganz besonders interessiert?  
 Gibt es eine Tätigkeit, bei der Ihr Herz höher schlägt?  
 Haben Sie ein besonderes Anliegen?

Übertragen Sie nun Ihre Interessen, die Sie zu den verschiedenen Tätigkeitsfeldern aufgeschrieben haben. Fragen Sie sich dabei auch, ob Sie das Thema heute noch interessiert oder vielleicht wieder interessieren könnte und was Sie daran begeistert?

Aus Interessen können Kompetenzen werden, wenn Sie Ihr Wissen und Können vertiefen. Diese Sammlung bestätigt vielleicht, was Sie schon wissen. Sie kann aber auch bisher weniger beachtete Interessen deutlich machen. Oder Sie entdecken Interessen, die Sie beruflich verwenden können.

Sprechen Sie auch mit anderen, mit Freunden, der Familie oder Bekannten über Ihre Interessen.

An welchen Tätigkeiten oder Themen haben Sie ein besonderes Interesse?

Was genau begeistert Sie daran?

### Zusammenarbeit

Wie kann es gelingen, dass verschiedene Menschen unterschiedlichen Alters für alle Beteiligten gewinnbringend zusammenarbeiten?

Ich möchte Gruppendynamik verstehen und Methoden kennen, die eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe möglich machen und Manipulation ausschließen.

### Betriebswirtschaftliche Abläufe

Welche Faktoren müssen beachtet werden, damit ein Unternehmen oder eine Organisation funktioniert?

Ich möchte betriebswirtschaftliche Zusammenhänge umfassend verstehen, dass ich Schwachstellen identifizieren und Lösungen dafür entwickeln kann.

### Beratung

Wie schafft man es, Menschen in komplexen Situationen nachhaltige Hilfestellung zu geben (Hilfe zur Selbsthilfe)?

Ich möchte betriebswirtschaftliche Zusammenhänge so vermitteln können, dass ich andere dabei unterstützen kann, ihre Ziele zu verwirklichen, ohne dass sie ihre Werte aufgeben müssen.

Meine Ziele und die nächsten Schritte

Wenn Sie über Träume nachdenken, fällt es Ihnen später leichter, Ziele zu formulieren und deren Umsetzung zu planen. Diskutieren Sie Ihre Notizen mit Ihrer Beraterin oder Ihrem Berater. So erzielen Sie gemeinsam die besten Ergebnisse.



## Meine Träume/Visionen



Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf: Was würden Sie künftig gerne machen?

Schreiben Sie Stichworte auf. Die Reihenfolge spielt hier noch keine Rolle. Wenn der Platz nicht reicht, nehmen Sie ein Extrablatt.

- Studium abschließen (evtl. Promotion)
- Praxiserfahrungen sammeln in einem Unternehmen
- Tätigkeit im In- und Ausland
- Zusammenarbeit mit Menschen unterschiedlicher Herkunft, unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Weltanschauungen
- Seminare, Beratung, Coaching

- Wissen vermitteln/andere teilhaben lassen
- ‚kleine Erfolge‘ durch überschaubare Projekte

Wählen Sie dann die Stichworte aus, die Ihnen besonders wichtig sind.

Auf der nächsten Seite finden Sie eine Vorlage für Ihre Zukunftslinie, die Sie für das Sortieren und Sichtbarmachen Ihrer Ziele nutzen können.

Ziel erreicht?

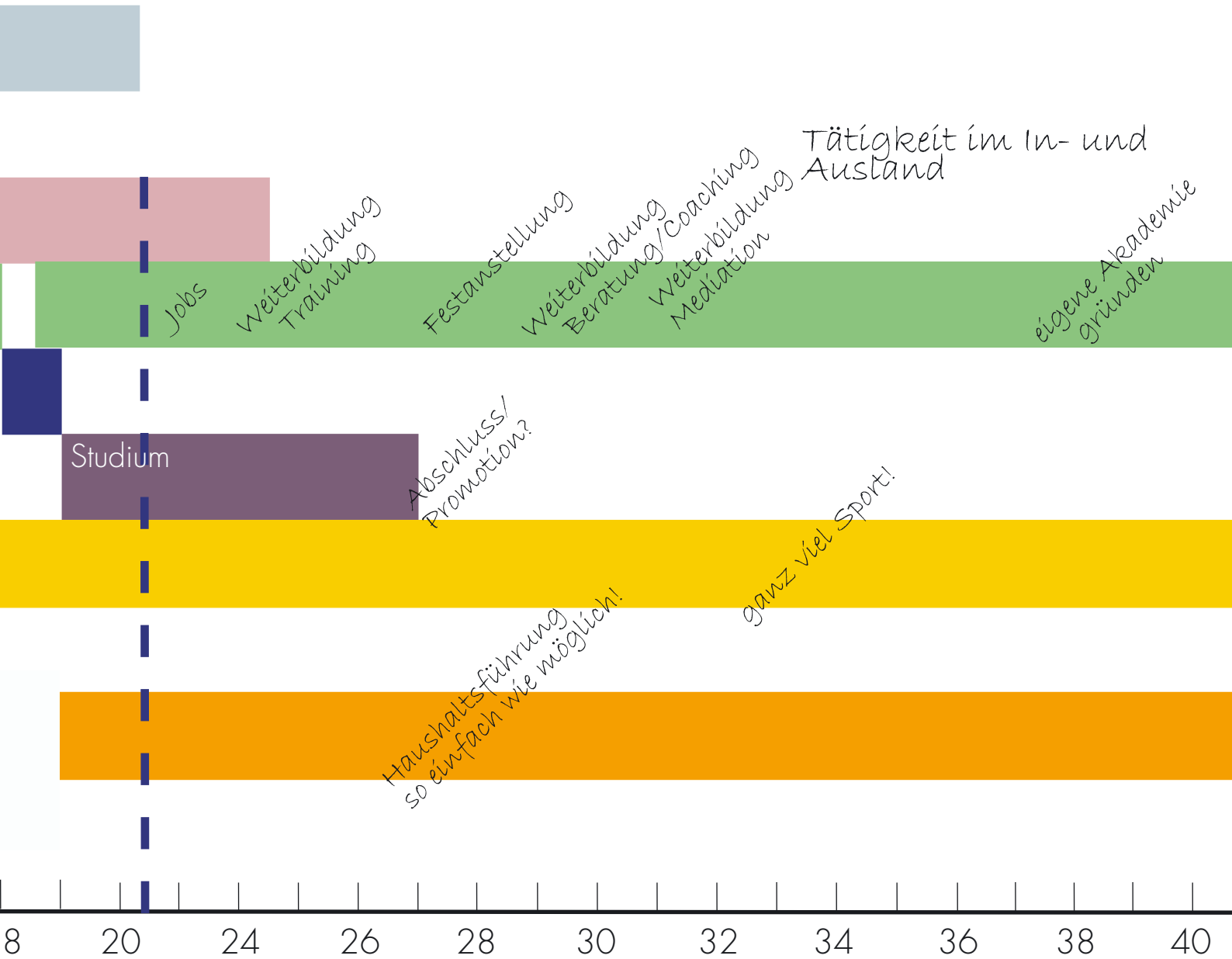
Überlegen Sie vorher: Woran werden Sie in ein paar Monaten oder in ein paar Jahren erkennen, dass Ihre Umsetzung gelungen ist, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?

Meine Ziele sind sehr konkret und deshalb leicht zu überprüfen:

- Studienabschluss
- absolvierte Zusatzqualifikationen

Alles weitere wird sich ergeben, wenn ich jetzt schon vorhandene Kontakte weiter pflege und ausbaue.

Diese Anmerkungen hat Hannah B. zu ihren Träumen gemacht.



Hier findet die Beratung statt

So sieht Hannah B.s Lebenslinie aus, wenn sie sich ihre Zukunft vorstellt.



Sprechen Sie auch mit anderen, mit Freunden, der Familie oder Bekannten, über Ihre Interessen.

| Meine Interessen ▶                    | Zusammenarbeit                     | BWL   | Seminare und Mediation     | Beratung/Coaching                          |
|---------------------------------------|------------------------------------|---|----------------------------|--|
| <b>Meine besonderen Kompetenzen ▶</b> |                                    |   |                            |  |
| Wissensmanagement                     | andere teilhaben lassen/beteiligen | Fachwissen kontinuierlich aktualisieren               | Weiterbildung              | BWL-Coaching anbieten                      |
| Entscheidungsfähigkeit                | Führungsaufgaben übernehmen        | Führungsaufgabe übernehmen<br>Konzepte entwickeln     | Konzepte entwickeln        | BWL-Beratung für Firmen und Organisationen |
| Organisation von Lernen               | Lernhilfen geben                   | Fachwissen aufbereiten                                | Ausbildungsgang entwickeln | Beratung/Coaching für Studierende          |
| Kommunikation                         | andere teilhaben lassen            | Fachwissen vermitteln (Lehrmaterial entwickeln?)      |                            | andere teilhaben lassen                    |
| Interaktionsfähigkeit                 |                                    | andere handlungsfähig machen (auf Fachwissen bezogen) | Multiplikatoren ausbilden  | BWL-Berater ausbilden                      |
| Organisation von Abläufen             |                                    | Fachwissen vermitteln                                 | Multiplikatoren ausbilden  | BWL-Berater ausbilden                      |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |
|                                       |                                    |   |                            |  |



Hannah B. fand die Matrix hilfreich, um auf neue Ideen zu kommen.

Bedenken Sie, dass ein Ziel positiv formuliert sein muss. Es geht darum, was Sie wollen, und nicht darum, was Sie nicht wollen.

## Zielformulierung



Jetzt entwickeln Sie aus Ihrer Zielvorstellung ein konkretes Ziel. Sehen Sie sich dazu auch Ihre Kompetenzen auf den Seiten 68 und 69 an, besonders die, bei denen Sie vermerkt haben, dass Sie sie gerne verbessern möchten.

Schreiben Sie nun Ihre Zielvorstellung auf.

Wenn Sie mehrere Zielvorstellungen haben, nennen Sie bitte die wichtigste zuerst.

Studium Betriebswirtschaft abschließen  
Zusatzqualifikationen erwerben (Beratung, Coaching, Training, Mediation)

Beschreiben Sie nun bitte Ihre wichtigste Zielvorstellung in zwei bis drei Sätzen.

Nach dem Studienabschluss will ich zunächst Erfahrungen sammeln (entweder in einem Projekt oder in einer Festanstellung). Danach möchte ich mich als Beraterin und Trainerin selbstständig machen.

Ich möchte sowohl für NGOs tätig sein als auch für Wirtschaftsunternehmen.

Inhaltlicher Schwerpunkt: BWL-Themen

Wenn ich weitere Erfahrungen gesammelt habe, möchte ich mein Wissen weitergeben, indem ich Beratende für Nonprofit-Organisationen ausbilde.



Meine Ziele und die nächsten Schritte

Überlegen Sie nun, was Sie tun können, um Ihr Ziel zu erreichen. Nehmen Sie dabei die folgenden Fragen zu Hilfe. Können Sie eine oder mehrere Fragen nicht mit »Ja« beantworten, formulieren Sie Ihr Ziel so lange um, bis Ihre Antwort »Ja« ist. Geben Sie auch kurze Antworten auf die Zusatzfragen.

1.

**Kann ich das Ziel aus eigener Kraft und mit den mir zur Verfügung stehenden Mitteln erreichen?**

Ja  Nein

Wenn es von anderen Menschen oder äußeren Bedingungen abhängt, ob Sie Ihr Ziel erreichen, werden Sie blockiert. Was können oder müssen Sie selbst unbedingt tun, damit Sie Ihr Ziel erreichen?

Wenn ich so wirtschaftete wie bisher und gute Nebenjobs habe, schaffe ich das.

2.

**Habe ich schon eine genaue Vorstellung, wie es ist, wenn ich das Ziel erreicht habe?**

Ja  Nein

Wie sieht Ihr Leben dann aus?

Ich werde viele Menschen kennenlernen und werde das Gelernte optimal einsetzen können.

3.

**Kenne ich die Auswirkungen für mich und meine Umgebung?**

Ja  Nein

Welche Veränderungen ergeben sich für Sie, für Ihre Familie, für die Freizeit, den Freundeskreis, den Sport, die Schule usw.?

Da ich noch keine eigene Familie habe und meine Bekannten überwiegend Studenten sind, ist das o.k.

4.

**Kenne ich den Zeitraum, in dem ich das Ziel erreichen kann?**

Ja  Nein

Bitte nennen Sie ihn.

Grob geschätzt brauche ich noch drei Jahre.

Wenn Sie die Hauptfragen mit »Ja« beantworten konnten und auch kurze Antworten auf die Zusatzfragen gefunden haben, dann schreiben Sie bitte hier Ihr konkretes Ziel auf.

Ich will mein BWL-Studium erfolgreich abschließen. Durch einige weitere Qualifikationen will ich auf mein späteres Tätigkeitsfeld sehr gut vorbereitet sein.

So hat Hannah B. die Fragen zu ihrer Zielformulierung beantwortet.

Meine Ziele und die nächsten Schritte

## Rahmenbedingungen



Nun haben Sie ein konkretes Ziel für die nächste Zeit festgelegt.

Damit Sie dieses Ziel auch erreichen, ist es wichtig, dass Sie sich einen festen Zeitpunkt setzen, an dem Sie das Ergebnis sehen.

Um Ihr Ziel zu erreichen, benötigen Sie vielleicht Hilfe von anderen Menschen, oder es stellt sich Ihnen ein Hindernis in den Weg.

Stellen Sie sich Ihr Ziel genau vor und überlegen Sie, was sich auf dem Weg dorthin verändert, welche Hilfsmittel Sie benötigen und welche Personen davon betroffen sind.

**Personen, die mich unterstützen, deren Hilfe ich brauche, um mein Ziel zu erreichen**  
(z. B. Ehepartner, Nachbar)

Freunde, Freundinnen, Familie

**Gegenstände, Geräte, finanzielle Mittel, die ich brauche, um mein Ziel zu erreichen**  
(z. B. Auto, Bücher, Bewerbungsmappen, Kredit)

Nebenjob(s) und gute Organisation

**Hindernisse, die ich überwinden muss, um mein Ziel zu erreichen**  
(z. B. Kinderbetreuung, Umzug)

Keine

**Situationen, Abläufe, die sich ändern, wenn ich mein Ziel erreichen will**  
(z. B. Arbeitsweg, Zeit für Familie und Freunde, Zeit für Freizeitaktivitäten)

Wenige Änderungen im Vergleich zur aktuellen Situation.

**Personen, die von meinem Ziel betroffen sind**  
(z. B. Lebenspartner, Sportkameraden)

## Die nächsten Schritte



Nun geht es darum, die einzelnen Schritte hin zu Ihrem Ziel festzustellen. Verstehen Sie die Übersichten als »Arbeitsvereinbarung mit sich selbst«. Schreiben Sie so genau wie möglich auf, was Sie alles tun wollen, um Ihr Ziel zu erreichen.

Denken Sie dabei auch an die anderen Lebensbereiche, die von den Veränderungen berührt werden (Seite 84).

Bei der Suche nach der richtigen Weiterbildung nutzen Sie auch die Checkliste für Weiterbildungsinteressierte ([www.die-bonn.de/checkliste](http://www.die-bonn.de/checkliste)).



### Im nächsten Monat

Was genau?

Bis wann?

|       |       |
|-------|-------|
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |

### In den nächsten drei Monaten

Was genau?

Bis wann?

|       |       |
|-------|-------|
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |
| <hr/> | <hr/> |

Hannah B. hat diese Seite nicht ausgefüllt.

Meine Ziele und die nächsten Schritte

**In den nächsten sechs Monaten**

Was genau?

Bis wann?

|       |       |
|-------|-------|
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |

**In einem Jahr**

Was genau?

Bis wann?

|       |       |
|-------|-------|
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |

**In der weiteren Zukunft**

Was genau?

Bis wann?

|       |       |
|-------|-------|
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |

*Hannah B. hat auch diese Seite nicht ausgefüllt.*

Als ich mit der Beratung anfang, war ich eine Person, die voller Staunen und Faszination durch eine Landschaft voller wunderbarer und faszinierender exotischer Pflanzen wanderte. Ich bin sehr begeisterungsfähig, was nicht immer von Vorteil ist. Manchmal hatte ich nämlich die Sorge, dass meine Begeisterungsfähigkeit mich davon abhält zu erkennen, was mein Ziel sein könnte oder sein sollte.

Durch die intensiven Fragen des Beraters wurde mir klar, was die Beweggründe hinter meinen Interessen sind. Heute kann ich klar erkennen, worum es mir eigentlich geht (was mir am Herzen liegt) und deshalb bin ich jetzt sicher, was ich (machen) will:

1. Ich wünsche mir, dass Menschen verschiedener Altersgruppen und unterschiedlicher Nationalitäten mit den vielfältigsten Begabungen inspiriert und inspirierend miteinander arbeiten und friedlich zusammenleben können. Dazu will ich mit meinem Leben einen Beitrag leisten.

2. Ich will mein Studium so organisieren, dass ich dieses Ziel bestmöglichst erreichen und dabei meine Begabungen optimal einsetzen kann.

Meine Entscheidung, BWL zu studieren, erscheint mir jetzt sehr sinnvoll. Damit schaffe ich eine solide Grundlage, um für die Werte zu arbeiten, die mir wichtig sind. In meiner Abschlussarbeit (vielleicht sogar Dissertation) will ich untersuchen, was mögliche Schwächen im Vorgehen von NGOs sind (Fokus auf Ökonomie und Organisation).

Parallel will ich auf jeden Fall Englisch studieren und Zusatzausbildungen machen, damit ich als

- Coach und Trainerin (Schwerpunkt: Betriebswirtschaftliche Themen)
  - Mediatorin und
  - Beraterin (Schwerpunkt: Betriebswirtschaftliche Themen)
- arbeiten kann.

Auf diese Weise hoffe ich Grundlagen dafür zu schaffen, dass ich später sowohl NGOs beraten kann als auch Wirtschaftsunternehmen (Schwerpunkt hier: Interkulturelle Unterschiede) – eventuell ist es auch möglich, so zwischen NGOs und Wirtschaftsunternehmen zu vermitteln und Projekte zu initiieren bzw. zu unterstützen, die zu Win-win-Situationen für alle Partner führen, ohne dass einer der Beteiligten sich verbiegen muss bzw. seine Werte verraten muss.

*Das schreibt Hannah B. am Ende der Beratung.*