

Monika Jaeckel
Wolfgang Eler

Kompetenzbilanz für Migrant/inn/en

Checkliste zum Einschätzen der
eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten

Kompetenzbilanz für Migrant/inn/en

Checkliste zum Einschätzen der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten

Dieser Fragekatalog ist ein persönlicher Leitfaden. Er soll Ihnen behilflich sein, sich ganz persönlich darüber klar zu werden, welche Fähigkeiten Sie aufgrund Ihrer Lebensgeschichte und Ihrer Veranlagungen entwickelt haben. Die Kompetenzbilanz ist ein Instrument, um zu erkennen, welche wichtigen Qualifikationen Sie durch die verschiedenen Tätigkeiten in Ihrem Leben herausgebildet haben.

Die Kompetenzbilanz will Sie auch anregen, darüber nachzudenken, welche Möglichkeiten und Perspektiven sich für Sie ergeben – für ein Leben in Deutschland ebenso wie für den Fall einer Rückkehr in Ihr Heimatland oder des Weiterwanderns in ein drittes Land. Was können Sie selbst dazu tun, um Ziele und Wünsche zu verwirklichen?

Die Kompetenzbilanz führt Sie Punkt für Punkt zu den verschiedenen Erfahrungsfeldern, aus denen Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen stammen. Sie ist modular aufgebaut und umfasst vier Teile:

NACHWEISEN

Aus den individuellen Erfahrungen, die wir in den verschiedenen Lebensbereichen gewonnen haben, werden Kompetenzen, wenn sie gesellschaftliche Anerkennung erfahren. Dazu ist es nötig, diese Erfahrungen sichtbar zu machen

Im Teil NACHWEISEN geht es darum, die Tätigkeiten, die beschrieben wurden und die Fähigkeiten, die erkannt wurden, konkret nachzuweisen. Ziel ist es, ein persönliches Portfolio zu erarbeiten als Nachweis-Material bei der Arbeitssuche, bei Bewerbungen, bei Vorstellungsgesprächen etc., um damit z.B. einem Arbeitgeber, einem Vermieter, einem Vereinsvorstand, einer Einrichtung im Stadtteil oder einer Behörde einsichtig zu machen, welche Kompetenzen Sie einbringen können.

Sie können beim Ausfüllen der BESCHREIBEN-Fragen (grau) bereits in den gelben Spalten ankreuzen, was für Nachweise sie zu den einzelnen Punkten haben. Zusätzlich können Sie nach jedem Kapitel oder nach jeder Seite die NACHWEIS-Punkte systematisch durchgehen. Wichtig ist, dass Sie so viel wie möglich dokumentieren können.

BESCHREIBEN

In welchen Bereichen war ich in meinem Leben bisher aktiv? Was habe ich dort gelernt?

ERKENNEN

Welche Fähigkeiten habe ich daraus gewonnen?

NACHWEISEN

Wie kann ich das dokumentieren?

UMSETZEN

Wo ist das Gelernte heute verwendbar? Was will ich damit erreichen?

BESCHREIBEN

Beginnen Sie mit dem BESCHREIBEN. Die Fragen auf dem grauen Feld begleiten Sie durch Stationen Ihres Lebens. Sie können links und rechts ankreuzen, was Sie davon NACHWEISEN können und welche eigenen Fähigkeiten Sie ERKENNEN.

Nehmen Sie sich Zeit für die Fragen. Falls Ihnen etwas unklar ist, sprechen Sie mit Familienangehörigen oder Freund/inn/en, mit den Kursleiter/inne/n oder in der Gruppe darüber. Scheuen Sie sich nicht, alle Fragen ausführlich zu beratschlagen. Es geht ja schließlich um Sie – um ein möglichst genaues Bild Ihrer Kompetenzen.

ERKENNEN

Wenn von Qualifikationen, Fähigkeiten und Kompetenzen die Rede ist, denken die meisten nur an Schule, Ausbildung und Beruf. Dabei ist inzwischen aus vielen Untersuchungen bekannt und nicht mehr umstritten, daß 70–80% der Kompetenzen, über die wir verfügen, aus anderen Lebensbereichen stammen: aus der Familie, aus der Beschäftigung mit eigenen Interessen, aus unbezahlter Arbeit, aus dem Lernen von anderen und Vorbildern.

Beim ERKENNEN geht es vor allem um die Fragen: Welche Fähigkeiten habe ich in meinen alltäglichen Tätigkeiten entwickelt? Welche allgemeinen Kompetenzen habe ich durch meine beruflichen und außerberuflichen Erfahrungen gewonnen? Was traue ich mir zu, in Deutschland damit zu erreichen?

Lassen Sie sich von der aufgeführten Liste im rosa/rotem Feld anleiten. Denken Sie darüber nach und bilden Sie sich ein Urteil, welche Fähigkeiten durch die Tätigkeitsfelder, die Sie beschrieben haben, bei Ihnen ausgebildet worden sind. Dazu brauchen Sie nur die entsprechende Spalte anzukreuzen. Sie können das schon während des Beschreibens tun; nach jeder Seite oder Kapitel sollten Sie aber auf jeden Fall das Blatt um 90° drehen und aus diesem Blickwinkel alle Kompetenzen »abchecken«.

UMSETZEN

»Was? Wo? Wie?«

Im letzten Teil geht es jetzt um die Frage, welche von Ihren in der Kompetenzbilanz beschriebenen und herausgearbeiteten Fähigkeiten und Kompetenzen (»Was«?) in Deutschland in der nächsten Zeit und in Ihrer weiteren Zukunft an welcher Stelle, in welchem Zusammenhang (»Wo«?) und auf welche Weise (»Wie«?) verwendet und eingesetzt werden können – so, dass es Ihnen selbst, Ihrer Familie sowie Ihrem sozialen Umfeld nützt und Anerkennung, aber auch Geld einbringt.

NACHWEISEN

BESCHREIBEN

ERKENNEN

Ein Beispiel zur Veranschaulichung

Für Ältere/Kranke sorgen

Habe ich schon Altenpflege gemacht, in der eigenen Familie / Verwandtschaft / Nachbarschaft?

Sie haben für einen Onkel, der aufgrund einer Querschnittslähmung an den Rollstuhl gefesselt war, mehrere Jahre gesorgt. Sie haben ihn betreut, ihn begleitet und auch die medizinische Versorgung veranlasst und durchgeführt.

Sie besitzen Familienfotos, auf denen Sie und Ihr Onkel zu sehen sind.

Ihr Onkel hat Ihnen in mehreren Briefen seinen Dank ausgedrückt und auch Einzelheiten erwähnt/gefragt.

Sie kennen das Krankenhaus, in welchem Ihr Onkel behandelt wurde, und den Namen des zuständigen Arztes.

Urkunden	
Zeugnisse	
Briefe	x
Fotos	x
Bildbände	
Video- und Filmaufnahmen	
Text- oder Musikkassetten	
Landkarten	
Einladungsschreiben	
Tagebücher	
Erinnerungsstücke	
Zeitungsartikel	
Schallpläne	
Produkte, Gegenstände	
Empfehlung von Dritten	
Bestätigung/Beurteilung von Dritten	
Zitate von Dritten	
Eigene Zeichnungen	x
Eigene Berichte/Interviews	
Anderes	

Beispiel

KOMPETENZBILANZ

Ziele für mein Leben entwickeln	
Gesetzte Ziele auch verwirklichen	
Zeit einteilen	x
Für die eigene Gesundheit sorgen	
Folgen des eigenen Handelns einschätzen	
Aufgaben zuverlässig erledigen	x
Sich an Vereinbarungen halten	
Unter Zeitdruck handeln	
Geduld	x
An einer Aufgabe dran bleiben	
Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen	
Mit Störungen konstruktiv umgehen	
Kontakte herstellen	
Längere Zeit konzentriert zuhören	
Schwierige Sachverhalte klar darstellen	
Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird	
Abweichende Meinungen als Chance verstehen	
Eigenes Verhalten kritisch überprüfen	x
Unterstützung annehmen können	
Unterstützung anbieten können	
Kompromisse schließen	
Gemeinschaft stiften	
Zusammenhalt herstellen und erhalten	
Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren	
Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten	
Ziele an neue Bedingungen anpassen	
Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen	
Offen sein für neue Aufgaben	
Unterschiedliche Vorgaben koordinieren	
Längerfristig planen	
Zeit aufeinander abstimmen	x
Lösungen praktisch umsetzen	x
Sich selbständig Informationen beschaffen	
In schwierigen Situationen Auswege finden	
Sich durchsetzen können	
Aufgaben an andere delegieren	
Anderer motivieren und begeistern	
Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten	
Entscheidungen treffen	
Folgen berücksichtigen	
Einfühlungsvermögen	
Anleiten können	x
Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten	
Neue Ideen entwickeln	
Aus wenig viel machen	
Anderer Blickwinkel finden	

Diese Fähigkeiten haben Sie durch die Betreuung Ihres Onkels entwickelt oder verstärkt:

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

1.1 Familie
 Wo bin ich geboren, wo habe ich gelebt?

Wer sind meine Eltern/Geschwister?
 Was machen sie?

Wie haben wir gelebt? (Wohnung, Haus, Garten, Hof)

1.2 Wichtige Bezugspersonen/Vorbilder
 Wer aus der Familie / aus der weiteren Familie war für mich wichtig?

Ich wollte sein wie ..., war inspiriert von ...
 (eine Frau, ein Mann)

Warum?

Und deshalb habe ich mich angestrengt, um das Folgende tun/leisten zu können:

1 Wer bin ich?
 Herkunft und Familie

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

1.3 Sprache
Welche ist/sind meine Mutterprache/n?

Habe ich als Kind weitere Sprachen gelernt?

1.4 Stationen meines Lebenslaufs
Wo habe ich schon überall gelebt (z.B. Dorf, Kleinstadt, Großstadt; Heimatland und drittes Land außer Deutschland), was habe ich von dort mitgenommen?

1.5 Eigene Familie
Wer ist mein/e Ehemann/frau?
Wann und wo habe ich geheiratet?

Wieviele Kinder habe ich?

Für wen Sorge ich noch?

Wer wohnt sonst noch bei mir?

1 Wer bin ich?
Herkunft und Familie

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schalpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

1.6 Migrationshintergrund
Wie lange bin ich schon in Deutschland?

Aus welchen Gründen bin ich nach Deutschland gekommen?

Wie fühle ich mich hier?

1.7 Mein persönliches »Netzwerk«
Über welche Kontakte und Netzwerke verfüge ich in der Heimat?

Wie sieht der Kontakt zu Verwandten im Heimatland aus? (Telefon, E-Mail, Pakete, Sendungen per Boten, Überweisungen)

Über welche Kontakte und Netzwerke verfüge ich hier in Deutschland?

Zeichnen Sie auf dem beigegefügt Blatt »Soziogramm« in Form einer Karte mit Punkten und Linien (Sie selbst in der Mitte), mit wem Sie alle Kontakte haben, bekannt oder befreundet sind oder zusammenarbeiten.

1 Wer bin ich?
Herkunft und Familie

Abschließend zu diesem Kapitel
Beginnen Sie mit Ihrem Lebenslauf auf dem beigegefügt Blatt. Tragen Sie alle wichtigen Daten aus diesem Kapitel ein. Lassen Sie sich dabei helfen!

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.1.1 Schule und Beruf

Welche Schulen habe ich besucht (wieviele Jahre) und abgeschlossen?

Welche beruflichen oder andere Ausbildungen habe ich? Abschlüsse?

Welche meiner Abschlüsse wurden in Deutschland anerkannt? Welche nicht / noch offen?

Welche beruflichen Tätigkeiten hatte ich, wo habe ich schon gearbeitet?

Was in der Ausbildung/Arbeit hat mich besonders angesprochen, wofür habe ich mich Interessiert, begeistern können?

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.1 Formeller Bereich

KOMPETENZBILANZ

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schalpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.1.2 Berufserfahrungen auch auf grauem Arbeitsmarkt

Habe ich Berufserfahrungen auch auf dem grauen Arbeitsmarkt?

Habe ich in Nebenjobs gearbeitet?

Habe ich in Familienbetrieben ausgeholfen?

2.1.3 Militär

War ich beim Militär? Falls ja: Welche Aufgaben hab ich dort ausgeführt? Führungsfunktionen? Unterrichten? Anleiten? Anderes?

Habe ich Aus- oder Fortbildungen beim Militär erhalten? Technische Qualifikationen? Logistik? Fahrzeuge? Anderes?

2 Was kann ich?

Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.1 Formeller Bereich

Abschließend zu diesem Kapitel

Setzen Sie Ihren Lebenslauf auf dem beigefügten Blatt fort. Tragen Sie alle wichtigen Daten aus diesem Kapitel ein. Lassen Sie sich dabei helfen!

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schalpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.2.1 Gemeinschaft

Welche besonderen Aufgaben, besondere Rolle hatte ich im Heimatland?

In der Nachbarschaft

In der Gemeinde

In Vereinen

In der Glaubensgemeinschaft

In der Familie

In Haus und Hof

In ehrenamtlichen Tätigkeiten

2.2.2 Gartenbau

Ich habe im Garten zu Hause mitgeholfen, ihn (mit)gestaltet, ihn ganz eigenverantwortlich bearbeitet.

Dabei bin ich besonders stolz auf

2.2.3 Umgang mit Tieren, Haus und Hof, Landwirtschaft

2 Was kann ich?

Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.2.4 Haushalt

Was habe ich gemacht und was daran kann ich besonders gut/tue ich besonders gern?

2.2.5 Kochen

Für welche Personen oder Gruppen habe ich in meinem Leben gekocht (Familie, Verwandtschaft, Feste, Hochzeiten)?

Welche Gerichte koche ich besonders gern (Rezeptbuch?)

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.2.6 Für Kinder sorgen

Auf wen habe ich schon aufgepasst, wo habe ich schon Kinderbetreuung gemacht, für Geschwister/andere aus der Verwandtschaft/Nachbarschaft.

Was an der Beschäftigung mit Kindern kann ich besonders gut und tue ich besonders gern?

2.2.7 Für Ältere/Kranke sorgen

Habe ich schon Altenpflege gemacht, in der eigenen Familie /Verwandtschaft /Nachbarschaft?

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

KOMPETENZBILANZ

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

NACHWEISEN

BESCHREIBEN

ERKENNEN

2.2.8 Handwerkliches Arbeiten

Nähen/Schneidern

Weben

Kusthandwerk

Schweißen, Zimmern, Arbeiten am Bau

Holzbearbeitung, z.B. Möbel restaurieren etc.

Autoreparatur

Fahrradreparatur

Reparaturen, Renovierung, Verschönerung im Haus und in der Wohnung

Anderes:

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

KOMPETENZBILANZ

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schaltpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

NACHWEISEN

BESCHREIBEN

ERKENNEN

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.2.9 Fremdsprachen

Welche Sprachen habe ich als Kind oder später im Lauf meiner Biographie gelernt? Wie gut beherrsche ich sie?

Tätigkeit als Übersetzer/in oder Dolmetscher/in

2.2.10 Weitere Qualifikationen

Führerschein

PC-Kenntnisse

Kenntnisse über Krankheiten / Heilen / Pflegen, z.B. Heilkräuter, Medizin, Hausmittel

Reiten

Unterrichten, Anleiten

Instrumente spielen

2 Was kann ich?

Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

KOMPETENZBILANZ

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

NACHWEISEN

BESCHREIBEN

ERKENNEN

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schallpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.2.11 Kreatives
Musik

Tanz

Malen, Zeichnen

Theater

Schriftstellerisches

Sport

Hobbys

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse,
Fertigkeiten, Interessen

2.2 Informeller Bereich

Abschließend zu diesem Kapitel

Setzen Sie Ihren Lebenslauf auf dem beigefügten Blatt fort. Tragen Sie alle wichtigen Daten aus diesem Kapitel ein. Lassen Sie sich dabei helfen!

KOMPETENZBILANZ

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

**2.3.1 Was hat mich das Leben noch gelehrt?
Besonders schwierige Situationen, zu deren
Lösung/Bewältigung ich habe beitragen können.**
Krankheit/Tod/Trauer: damit fertig werden

Materielle Rückschläge/Unfälle/finanzielle Verluste

Armut – Geld zusammenhalten, verwalten, mit wenig aus-
kommen

Arbeitslosigkeit: Nicht entmutigen lassen, immer wieder
neu anfangen und hart arbeiten

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse,
Fertigkeiten, Interessen

2.3 Persönliche Lebenserfahrung

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

NACHWEISEN

BESCHREIBEN

ERKENNEN

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schallpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

Auf andere zugehen: Menschen aus Familie, Verwandtschaft, Nachbarschaft zusammenbringen

Etwas Besonderes herstellen, erarbeiten

Einen Konflikt schlichten oder bewältigen

Ein Ziel auch gegen Widerstände durchsetzen, hartnäckig sein, immer wieder ansetzen

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.3 Persönliche Lebenserfahrung

KOMPETENZBILANZ

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

- Urkunden
- Zeugnisse
- Briefe
- Fotos
- Bildbände
- Video- und Filmaufnahmen
- Text- oder Musikkassetten
- Landkarten
- Einladungsschreiben
- Tagebücher
- Erinnerungsstücke
- Zeitungsartikel
- Schulpläne
- Produkte, Gegenstände
- Empfehlung von Dritten
- Bestätigung/Beurteilung von Dritten
- Zitate von Dritten
- Eigene Zeichnungen
- Eigene Berichte/Interviews
- Anderes

2.3.2 Was hat mein Leben in verschiedenen Orten und Ländern mich gelehrt?

Auskommen in der Gemeinschaft, Gastfreundschaft, Hilfsbereitschaft

Ich habe mich auf verschiedene Mentalitäten und Sitten eingestellt.

Ich habe gelernt, Dinge aus unterschiedlichen kulturellen Perspektiven zu sehen.

Ich habe gelernt, mich in unterschiedlichem kulturellen Kontext zu bewegen.

Ich musste oft neu anfangen, mich neu orientieren.

2.3.3 Andere Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, die noch nicht angesprochen wurden

2 Was kann ich?
Tätigkeiten, Erfahrungen, Kenntnisse, Fertigkeiten, Interessen

2.3 Persönliche Lebenserfahrung

Abschließend zu diesem Kapitel
Schreiben Sie Ihren Lebenslauf zu Ende. Tragen Sie alle wichtigen Daten aus diesem Kapitel ein. Lassen Sie sich auch hier dabei helfen!

- Ziele für mein Leben entwickeln
- Gesetzte Ziele auch verwirklichen
- Zeit einteilen
- Für die eigene Gesundheit sorgen
- Folgen des eigenen Handelns einschätzen
- Aufgaben zuverlässig erledigen
- Sich an Vereinbarungen halten
- Unter Zeitdruck handeln
- Geduld
- An einer Aufgabe dran bleiben
- Aufgaben gegen Widerstände verwirklichen
- Mit Störungen konstruktiv umgehen
- Kontakte herstellen
- Längere Zeit konzentriert zuhören
- Schwierige Sachverhalte klar darstellen
- Kritik so ausdrücken, dass sie angenommen wird
- Abweichende Meinungen als Chance verstehen
- Eigenes Verhalten kritisch überprüfen
- Unterstützung annehmen können
- Unterstützung anbieten können
- Kompromisse schließen
- Gemeinschaft stiften
- Zusammenhalt herstellen und erhalten
- Soziale und kulturelle Unterschiede akzeptieren
- Mit Menschen aus anderen Kulturen zusammenarbeiten
- Ziele an neue Bedingungen anpassen
- Mit verschiedenen Anforderungen gleichzeitig umgehen
- Offen sein für neue Aufgaben
- Unterschiedliche Vorgaben koordinieren
- Längerfristig planen
- Zeit aufeinander abstimmen
- Lösungen praktisch umsetzen
- Sich selbständig Informationen beschaffen
- In schwierigen Situationen Auswege finden
- Sich durchsetzen können
- Aufgaben an andere delegieren
- Anderer motivieren und begeistern
- Auf Wirtschaftlichkeit und Qualität achten
- Entscheidungen treffen
- Folgen berücksichtigen
- Einfühlungsvermögen
- Anleiten können
- Pädagogische Disziplinierungsfähigkeiten
- Neue Ideen entwickeln
- Aus wenig viel machen
- Anderer Blickwinkel finden

A Meine ganz persönlichen Zielvorstellungen

Was sind meine Zukunftsperspektiven? Will ich in Deutschland bleiben, in die Heimat zurückkehren oder in ein weiteres Land migrieren?

Wo kann und will ich meine Fähigkeiten und Erfahrungen nutzen?

Wofür habe ich mich schon immer begeistern können, womit beschäftige ich mich noch heute?

Was würde ich gerne wieder tun?

Wenn es so aussieht, dass ich in Deutschland bleibe: Was will ich hier erreichen? Was ist mir wichtig?

Was? Wo? Wie?
Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

Was tue ich gerne für andere, schon in der Heimat und auch hier?

Welche meiner Fähigkeiten sind in der deutschen Gesellschaft gefragt?

Was tue ich am Tag und in der Woche? (Tages- und Wochenplan aufschreiben)

B Wichtig: ein sorgfältiger Realitäts-Check

Wie realistisch sind die Vorstellungen, mit denen ich nach Deutschland gekommen bin?

Welche meiner Ziele lassen sich in die deutschen Strukturen einpassen?

Welche Schritte müssen angegangen werden, um meine Ziele realisieren zu können?

Was? Wo? Wie?
Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

Welche Möglichkeiten gibt es für mich, Deutsch zu lernen?

Gibt es Möglichkeiten der Anerkennung meiner Abschlüsse in Deutschland? Welche Voraussetzungen brauche ich dazu und wie kann ich sie erreichen?

Kann ich an meinen beruflichen Erfahrungen anknüpfen? Dasselbe oder etwas Ähnliches machen?

Kann ich an anderen Erfahrungen anknüpfen und mir neue Perspektiven aufbauen?

Welche Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten gibt es in Deutschland für mich?

Was? Wo? Wie?
Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

C Innovationsperspektiven

Welche meiner Fähigkeiten und Erfahrungen nutze ich bereits hier in Deutschland – und ließe sich das ausbauen?

Welche neuen Projektideen ließen sich entwickeln, z. B. im Wohngebiet, in der Nachbarschaft, in Kindergarten und Schule, im Park, in Selbsthilfeinitiativen?

Welche neuen Bereiche und Tätigkeitsfelder ließen sich hierfür öffnen?

Welche Schritte müssen hierfür unternommen werden?

Mit wem könnte man hierbei zusammenarbeiten?

Was? Wo? Wie?
 Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

Um eine möglichst große Breite der Perspektiven und Überlegungen zu erreichen, sollten die Fragenkomplexe A, B und C jeweils auf die folgenden Anwendungsfelder bezogen werden:

- In der eigenen Familie
- In der Verwandtschaft
- In der Nachbarschaft und bei Freunden, überwiegend unserer eigenen Nationalität
- In der Nachbarschaft, auch bei Deutschen und anderen Ausländern
- Im Stadtteil
- Im Wohngebiet,
- In Institutionen wie Kindergarten und Schule
- Im Park, Spielplatz
- In Selbsthilfe-Initiativen etc
- Im Beruf/In der Ausbildung
- Auf dem grauen Arbeitsmarkt
- In neu zu schaffenden Arbeitsfeldern

D Schließlich geht es darum, einen konkreten Umsetzungsplan zu erarbeiten:

Welche Schritte und Zwischenschritte werde ich für meine Ziele einleiten?

Wo will ich mich bewerben?

Was? Wo? Wie?
Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

Mit wem will ich hierbei zusammenarbeiten und wo kann ich mir hierfür Unterstützung holen?

Wie können die Kontakte, die ich habe (Soziogramm) mir bei der Umsetzung meiner Ideen und Pläne nützlich sein?

Bis wann will ich welches Ziel erreicht haben?

Was? Wo? Wie?
Möglichkeiten der Umsetzung der eigenen Kompetenzen

Kompetenzbilanz für Migrant/inn/en

© 2003
Deutsches Jugendinstitut e. V., München
Nockherstraße 2, 81541 München

Autoren: Monika Jaeckel, Wolfgang Erler

Kontakt: Monika Jaeckel, E-Mail: jaeckel@dji.de

Gestaltung und didaktische Aufbereitung: sfah, München

Bezugsadresse: Beatrice Zepf, DJI, Nockherstraße 2, 81541 München
Telefon: (089) 623 06-254, E-Mail: zepf@dji.de

ISBN 3-935701-14-4

Die Kompetenzbilanz für Migrant/inn/en entstand im Zusammenhang des Projekts: »Der soziale Nahraum in seiner Integrationsfunktion für Familien ausländischer Herkunft – ein innovativer Ansatz der Familienbildung«, gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen.

Sie stellt eine Weiterentwicklung dar der in der Abteilung Familie/Familienpolitik des DJI in Kooperation mit der KAB Süddeutschlands erstellten »Kompetenzbilanz – Ein Instrument zur Selbsteinschätzung und beruflichen Entwicklung für berufstätige Mütter und Väter, Berufsrückkehrerinnen und an Weiterbildung Interessierte«.

Die Kompetenzbilanz für Migrant/inn/en ist mit folgenden Kooperationspartnern entwickelt und erprobt worden:

Banu Baser-Caman und Jale Tanyieri
Frauengruppe der IG München
Reiner Erben und Stephan Schiele
Integrations- und Beratungszentrum für Flüchtlinge, Augsburg
Zeki Genç und Asla Süalp
Koordinierung Interkultureller Projekte München (KIM)
Katya Fortuné, Regina Ober und Michael Schütz
Wohnungs- und Flüchtlingsamt München
Gabriele Schmitt
Internationaler Bund München
Dr. Margret Spohn
Stelle für Interkulturelle Zusammenarbeit
der Landeshauptstadt München

Impressum