

# Berufliche Vergewisserung bei der pad gGmbH

## Konzept zur Qualifizierungsmaßnahme „Erfahrung zählt“

### Inhalt

Ausgangslage .....	1
Ergebnisse der Qualifizierungsmaßnahme .....	1
Evaluation .....	1
Inhaltliche Schwerpunkte .....	2
Rahmen und Organisation .....	2

### Verfasser

Wir.Leben.Zukunft – Arbeit gestalten für Generationen  
Neue Grottkauer Str. 5  
12619 Berlin  
Tel.: 030 – 92 25 71 40  
Wir.leben.zukunft@pad-berlin.de

| pad gGmbH  
Kastanienallee 55  
12627 Berlin  
Tel.: 030 - 93 55 40 40  
info@pad-berlin.de

Sämtliche Inhalte dürfen nur nach vorheriger Zustimmung kopiert oder veröffentlicht werden.

Das Projekt „Wir.Leben.Zukunft“ wird im Rahmen des Programms „rückenwind – Für die Beschäftigten und Unternehmen in der Sozialwirtschaft“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.

## Ausgangslage

Die Seminarreihe orientiert sich an der Altersstruktur des Trägers und richtet sich vor allem an ältere Beschäftigte. Im Rahmen der Veranstaltung werden unter anderem folgende Fragen thematisiert: In welcher Berufs- und Lebensphase sehen Sie sich? Welche Haltung und welche Werte sind Ihnen wichtig und welchen Herausforderungen stellen Sie sich aktuell? Gemeinsam werfen die Teilnehmenden einen Blick auf ihre beruflichen Erfahrungen und reflektieren dabei persönliche Ressourcen und Potenziale.

## Ergebnisse der Qualifizierungsmaßnahme

Im Rahmen der Seminarreihe werden im Gespräch mit den Teilnehmenden offene Fragen zu beruflichen Entwicklungs- und eventuell Wechselmöglichkeiten gesammelt. Das Projekt *Wir.Leben.Zukunft* arbeitet inhaltlich an den Themen weiter und lässt die Ergebnisse sowohl in einen Vorschlagskatalog zur Laufbahngestaltung als auch in ein Konzept zum Arbeitsplatzwechsel einfließen.

## Evaluation

Die Seminarreihe wird in drei Schritten evaluiert:

### 1. Evaluation des Seminartages

Dieser Feedbackbogen dient der Beurteilung des einzelnen Veranstaltungstages zu folgenden Themen:

- Vermittlung der Sachverhalte durch den/die Referent\_in
- Methodik und Organisation des Seminars
- Positive Anmerkungen sowie Anregungen, Wünsche, Kommentare

### 2. Evaluation der kompletten Veranstaltungsreihe

Am letzten Seminartag der Veranstaltungsreihe erfolgt eine Befragung zu folgenden Themen:

- Einschätzung der Kompetenzerweiterung durch die Maßnahme
- Motivation der Teilnehmenden, sich nach Abschluss der Seminarreihe weiter mit den Themen zu beschäftigen und erlernte Inhalte im Arbeitsalltag anzuwenden
- Besonders wichtige Themen
- Organisatorischer Rahmen der Veranstaltung

### Optional

Bei Interesse können die Teilnehmenden einen „*Brief an sich selbst*“ schreiben. Im Vordergrund stehen Fragen zur Seminarreihe wie „*Das möchte ich auf keinen Fall vergessen*“ oder „*Das bleibt mir in guter Erinnerung!*“. Der Brief wird in einem personalisierten verschlossenen Umschlag aufbewahrt und sechs Monate nach Seminarende, zusammen mit dem Evaluationsbogen Teil II, an die Mitarbeiter\_innen per Post verschickt.

### 3. Evaluation des Wissenstransfers ½ Jahr nach Beendigung der Seminarreihe

Sechs Monate nach Beendigung der Maßnahme erhalten die Teilnehmenden einen Bogen mit Fragen zur Übertragbarkeit der Seminarinhalte. Folgende Fragen stehen dabei im Vordergrund:

- Einschätzung der Übertragbarkeit / Anwendbarkeit erlernter Inhalte und Methoden im Arbeitsalltag
- Weitergabe des erworbenen Wissens an Kolleg\_innen
- Veränderungen im persönlichen Arbeitsverhalten
- Hindernisse und Verbesserungsbedarfe für den Wissenstransfer

Das Projekt „Wir.Leben.Zukunft“ wird im Rahmen des Programms „rückenwind – Für die Beschäftigten und Unternehmen in der Sozialwirtschaft“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.

## Inhaltliche Schwerpunkte

<p><b>1. Seminartag – Sinn und Zweck der Qualifizierungsmaßnahme. Selbstkenntnis und Selbstregulation als Chance.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wir können unser Leben gestalten, wenn wir besser verstehen, wie wir funktionieren.</li> <li>• Komfort Zone – Metaebene – Sinnebene</li> <li>• Opfer – Täter, oder: „Die anderen sind schuld.“</li> <li>• Der individuelle Zufriedenheitspegel</li> <li>• Unser flexibles Gehirn: Ein kleiner Einblick in die Physiologie.</li> <li>• Das unbewusste, oder : „Das Dilemma der eigenen Fernsteuerung.“</li> <li>• Zielbestimmung: Was will ich, was traue ich mir zu?</li> <li>• Affirmation</li> </ul>	<p><b>4. Seminartag – Work Life Balance, „Work life bullshit“ Ist Arbeitszeit keine Lebenszeit?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress</li> <li>• Burnout</li> <li>• Was bedeutet Balance?</li> <li>• Stressbewältigung, Entspannung</li> <li>• Was wäre wenn? Eine imaginierte Reise (Vision)</li> </ul>
<p><b>2. Seminartag – Den roten Faden finden. Wo stehen wir? Wo wollen wir hin?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeit mit dem Lebensfaden: (Lebensereignisse, Umbrüche, Entwicklungen, Erwartungen, Ziele, Lebensmotto)</li> <li>• Würdigung von Verlusten</li> <li>• Umgang mit Kränkungen</li> <li>• Erwartungen, Ziele</li> <li>• Ressourcen und Perspektiven</li> <li>• Zukunftsmotto</li> </ul>	<p><b>5. Seminartag – Da ist nichts mehr zu ändern! Der andere Blick auf mich und die Welt. „Neues aus der Anstalt“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgang mit Sackgassen, Ängsten und Hilflosigkeit</li> <li>• Kreativität und Humor als Entspannung und Anschub</li> <li>• Distanzierung: „Einfach nicht mitmachen und Aussteigen“</li> <li>• Veränderung im Leben zulassen: Ab morgen...</li> </ul>
<p><b>3. Seminartag – Selbstwert und Selbstfürsorge. Der wichtigste Mensch in meinem Leben bin ich.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstwert, Selbstbewusstsein – Eine theoretische Annäherung</li> <li>• Das unsichere Selbst</li> <li>• An sich selber glauben, Hindernisse überwinden</li> <li>• Arbeit und Selbstwert</li> </ul> <p>Selbstfürsorge: Individuelle Zielbestimmung</p>	<p><b>6. Seminartag – Mit sich selbst gut befreundet sein. Der Umgang mit Emotionen</b></p> <p>Gefühle kennen und Wahrnehmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Achtsamkeit</li> <li>• Gelassenheit</li> <li>• Arbeit mit „Stabilen Zonen“, Identität und Ressourcen</li> <li>• Brief an eine geliebte Person</li> </ul>
	<p><b>7. Seminartag – Was nehme ich mit?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Offene Fragen, Nacharbeitung</li> <li>• Gestaltung eines Zukunftssymbols</li> <li>• Füllen eines eigenen Schatzkästchens: Ressourcen und Stärken</li> <li>• Reinigung: Verabschiedung von „Unliebsamen“</li> <li>• Gemeinsame Betrachtung und Wertschätzung von individuellen Schwerpunktthemen der Seminarreihe</li> </ul>

## Rahmen und Organisation

Teilnehmerschaft	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fokus: Mitarbeiter_innen aus den verschiedenen Bereichen des Trägers, die das 50igste Lebensjahr erreicht haben oder sich für die Thematik interessieren.</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• August 2017 – Februar 2018</li> <li>• 7 Seminartage von 09:00 – 17:00 Uhr</li> </ul>
Veranstaltungsort	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einrichtung der pad gGmbH</li> </ul>
Struktur der einzelnen Veranstaltungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durchführung der Seminarreihe durch externe Referentin</li> </ul> <p>Struktur</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Input</li> <li>• Möglichkeiten zur Selbsterfahrung</li> </ul>

Das Projekt „Wir.Leben.Zukunft“ wird im Rahmen des Programms „rückenwind – Für die Beschäftigten und Unternehmen in der Sozialwirtschaft“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.