



**WISSEN  
WAS  
ICH  
KANN**



## ***Kompetenzen entdecken und nutzen***

### **Organisatorischer und inhaltlicher Rahmen:**

Es fanden am 24.09.2005 und 28.01.2006 Infoveranstaltungen über Arbeitsweise, Vorstellung der Referenten und Zielrichtung der Veranstaltung statt. Hinzu kam telefonische Beratung mit interessierten Personen.

Die Öffentlichkeitsarbeit lief über das KAB-Bildungswerk und die beiden Referenten. Instrumente dabei waren Presseartikel und die persönliche Ansprache von Verbandsmitgliedern mit Hilfe eines Flyers.

Nach einem Projektvorlauf von etwa einem Jahr startete die erste Reihe „Wissen, was ich kann“ mit 9 Teilnehmer/innen, zwei selbständigen Referenten und der hauptamtlichen Begleiterin des kooperierenden KAB-Bildungswerkes.

Die Kursgruppe setzte sich aus Voll- und teilzeiterwerbstätigen Frauen und Männern, einer Studentin und ehrenamtlich Engagierten zusammen.

Diese Themen wurden während der vier Workshoptagen vermittelt:

- 04.03.2006 Kreativität
- 08.04.2006 Teamfähigkeit
- 06.05.2006 Zeit- und Selbstmanagement
- 03.06.2006 persönliche Ziele und Perspektiven

### **Ergebnisse und Erfahrungen**

Ergebnisse der gemeinsamen Arbeit sollte nach „Wissen, was ich kann“-Flyer das Bewusstmachen des persönlichen Profils sein, um neue Werkzeuge für die bewusste Gestaltung und Veränderung der eigenen Arbeit, des ehrenamtlichen Engagements und den Weg in die Selbstständigkeit zu finden.

Auffallend war, dass alle Teilnehmer/innen mit Fragen zur Lebensplanung kamen. „Wo will ich hin?“ „Wie löse ich dieses Problem?“ und „Wie geht's für mich beruflich oder persönlich weiter?“

Ihre Erwartungen zu Beginn des Kurses reichten von „Ich bin offen für alles“ über „Die haben das Patentrezept für mein Problem“ bis zu „Ich will neue Methoden für die eigene Arbeit kennen lernen“.

Die ganzheitliche Arbeitsweise mit praxisorientierter Vermittlung von Schlüsselkompetenzen und Methoden kam gut an. Die Teilnehmer/innen hatten ein hohes Verwertungsinteresse für den persönlichen, beruflichen und privaten Bereich und forderten dies bei den Referenten auch ein.

Die kontinuierliche Arbeit an den „Erinnerungsbüchern zu konkreten Lernerfahrungen“ und dem „Talentkompass“ bewerteten die Teilnehmer/innen von „hilfreich“ bis „schwierig“. Die Länge (4 Termine) der Workshop-Reihe wurde als „genau richtig“ beschrieben.

Die Referenten standen während der Veranstaltungsreihe zu Beratungsgesprächen zur Verfügung. Diese Möglichkeit nutzen einige. Zu beobachten war aber auch, dass mit Fortschreiten der Workshop-Reihe die Gruppe selbst ein wichtiger Lern-Ort wurde. Es fand ein intensiver Austausch der Teilnehmer/innen untereinander statt. Dies reichte von Beratung in Sachfragen, bis hin zum Erzählen, wie jemand ein konkretes Problem gelöst hatte. Am Ende der Reihe vereinbarte die Gruppe bei Bedarf weitere Kontakte über eine Telefonliste und selbstorganisierte kollegiale Beratung. Durch „Wissen, was ich kann“ fand konkrete Hilfe zur Selbsthilfe statt.

In Rahmen des letzten Workshoptages (Ziele und Perspektiven) erzählten die Teilnehmer/innen von Ideen für eine „Selbstständigkeit durch eine Kreativwerkstatt“ oder von einem Integrationsprojekt behinderter und nichtbehinderter Arbeitnehmer/innen. Für eine Teilnehmerin steht die „Weiterbildung für eine Tätigkeit als Sterbebegleiterin“ an. Ein Teilnehmer formulierte: „Der Mensch ist das Wertvollste in meinem Leben“. Diese Erkenntnis kam ihm während der Workshopreihe. Eine andere Teilnehmerin formulierte: „Veränderung heißt für mich jetzt, den Weg der kleinen Schritte zu gehen. Die Workshopreihe hat mir dabei geholfen.“

Termin der Einstiegsveranstaltung:

**Samstag, 9. September 2006**

Zeitlicher Rahmen: 09.00 bis 16.00 Uhr

Kosten: 30 Euro (incl. Mittagsimbiss)

Die Einstiegsveranstaltung gibt einen Überblick über die Workshopreihe und ermöglichen zugleich erste Erfahrungen mit der Arbeitsweise.

Die Workshops finden an vier Samstagen von 9.00 - ca. 16.00 Uhr statt. Ein Mittagsimbiss wird gestellt.

Termine:

**21.10.06      18.11.06**

**16.12.06      20.01.07**

Kosten für diese vier Termine:

175 € (150 € für KAB-Mitglieder)

Teilnehmer, die in kleinen und mittleren Betrieben arbeiten, können die Bildungsschecks NRW in Anspruch nehmen und so ihre Kosten um 50% senken. ([www.bildungsscheck.de](http://www.bildungsscheck.de))

Tagungsort:

KAB Regionalbüro Münster

Hafenweg 11a

48155 Münster

Gesamtleitung:

Ortrud Harhues

ReferentInnen:

Silvia Steinberg

Jesaja Michael Wiegard

Anmeldung und Information:

Hildegard Termühlen

KAB Diözesanbüro Münster

Hafenweg 11a

48155 Münster

Telefon: 0251 6097610

Mail: [hildegard.termuehlen@kab.muenster.de](mailto:hildegard.termuehlen@kab.muenster.de)

Bildungswerk der Katholischen  
Arbeitnehmer-Bewegung

Hafenweg 11a

48155 Münster

[www.kab-muenster.de](http://www.kab-muenster.de)

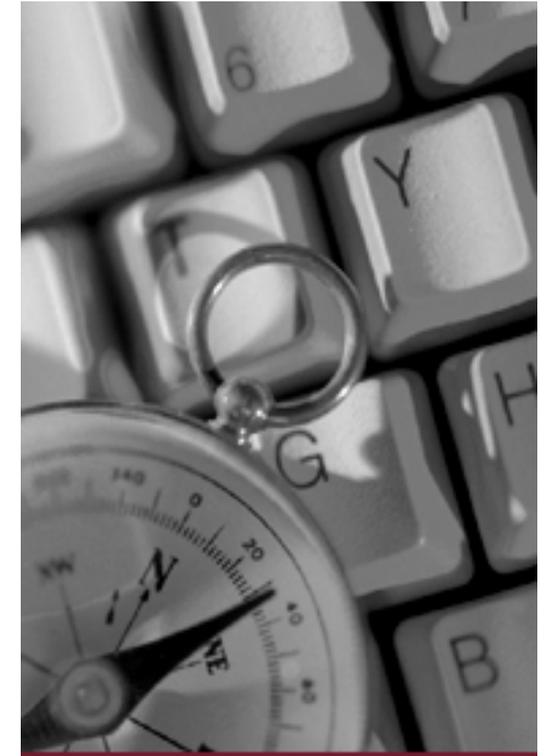


Annegarnstraße 23

59379 Selm

[www.theoconsult.de](http://www.theoconsult.de)

# WISSEN WAS ICH KANN



Kompetenzen entdecken und nutzen  
Eine Workshop-Reihe

**Schätze** lassen sich entdecken – in den bisherigen beruflichen Erfahrungen, in den Wissensbeständen von Studium oder Ausbildung und in den Erfahrungen des Alltags.

**Entdeckungshilfe** wollen wir leisten, um diese Schätze als Bausteine für den weiteren Weg in die Zukunft nutzen zu können.

Leitfragen werden sein:

- ❖ Was habe ich bisher getan?
  - Was kann ich?
  - Was möchte ich verändern?
  
- ❖ Welche Bilder prägen mich?
  - Wie sehe ich selbst mich?
  - Wie sehen mich andere?

Menschen machen den Unterschied

**Jeder Mensch ist anders  
– jeder kann anders.**

Jeder gestaltet seinen Lebensweg

Fähigkeiten und Interessen, die mich bewegen:

*Erinnerung und Solidarität*

*Teamgeist und Kommunikation*

*Vision und Motivation*

*Flexibilität und Ausdauer*

*Leistung und Kritik*

...

Kernkompetenzen für das Leben:

*Kreative Lösungen finden*

*Planen und Organisieren*

*Im Team arbeiten*

*Ziele formulieren und darstellen*

**Ergebnisse** der gemeinsamen Arbeit werden sein:

Antworten auf die Fragen:

- Wo liegen meine *Stärken*?
- Welche *Schwächen* kenne ich?
- Wie kann ich meine *Erfahrungen* besser nutzen?

Wenn ich klar weiß, was ich kann, erkenne, was ich schon erfolgreich geschafft habe, und erfahre, wie andere mich erleben, kann ich aus den gefundenen Schätzen neu Werkzeuge formen:

- Für die bewusste Gestaltung und Veränderung der eigenen Arbeit
- Für ein ehrenamtliches Engagement
- Für den Weg in die Selbstständigkeit

Dann steht der Klärung der entscheidenden Frage nichts mehr im Weg:

**Was will ich wirklich tun?**