



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

OFFENE BILDUNGSRESSOURCEN

MODUL 5

DIE ZUKUNFT GEMEINSAM GESTALTEN

in diversen Communities

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union



Gefördert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden. 2021-2-SE02-KA220-YOU-000049948



INHALT

WILLKOMMEN	3
5.1 MENTORING	5
5.2 POSITIVE JUGENDENTWICKLUNG	12
5.3 SOZIALUNTERNEHMERTUM	23
5.4 PERSÖNLICHE UND BERUFLICHE ENTWICKLUNG	29



Willkommen zu WELLHOODY!

Bei WELLHOODY wollen wir die Gemeinschaft durch Lernerfahrungen junger Menschen stärken. Es geht darum, unsere Unterschiede zu akzeptieren, so dass sich alle einbezogen und gut fühlen.

DIESER KURS

WELLHOODY's Ziel?

Jugend-WELLBEING ermöglichen, basierend auf Vielfalt.

Wenn junge Menschen sich mit der Kraft der Vielfalt auseinandersetzen, inspiriert das jeden in der Gemeinschaft, für das Wohlergehen aller zusammenzuarbeiten und sich für Akzeptanz und Integration einzusetzen.

Bereit loszulegen?



Lernziele

In diesem Modul werden die Lernenden:

1. Die Grundlagen einer positiven Jugendentwicklung verstehen und warum sie für die Erschließung des Potenzials junger Menschen entscheidend ist.
2. Einen Schritt-für-Schritt-Prozess zur Planung und Umsetzung effektiver Jugendprogramme durchlaufen, die auf umfassendere Ziele ausgerichtet sind.
3. Strategien zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung im Bereich der Jugendarbeit entdecken, wobei der Schwerpunkt auf kontinuierlichem Lernen liegt.
4. Sich aktiv an Gemeinschaftsinitiativen beteiligen, um junge Menschen zu stärken und auf ihre besonderen Bedürfnisse und Herausforderungen einzugehen.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

OFFENE BILDUNGSRESSOURCEN

5.1 Mentoring

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Mentoring

- Einen Mentor zu haben ist wie eine Geheimwaffe für die Weiterentwicklung Ihrer Fähigkeiten. Stellen Sie sich vor, Sie hätten jemanden mit Erfahrung, der bereit ist, Tricks mit Ihnen zu teilen! Ein Mentor ist mehr als nur ein Ratgeber; Sie sind Ihr Backstage-Pass zum Erfolg.
- Betrachten Sie sie als Ihren persönlichen Wissensbooster. Sie helfen Ihnen dabei, Ihre Fähigkeiten zu verbessern, geben Ratschläge, wenn Sie unsicher sind, und unterstützen Sie beim Erreichen Ihrer Ziele. Es ist, als hätte man eine eigene Superhelden-Truppe für die persönliche und berufliche Weiterentwicklung. Mentoren sind wie Talent-Superhelden – sie helfen Ihnen, neue Dinge zu lernen, steigern Ihre Motivation und heben Stärken hervor, von denen Sie vielleicht gar nicht wissen, dass Sie sie haben. Und das Beste daran? Sie stehen dir zur Seite, egal was passiert.
- Aber da ist noch mehr! Bei einem Mentor geht es nicht nur um Fähigkeiten; Es geht auch darum, ein echtes Vorbild zu haben. Jemand, der Sie inspiriert und unterstützt und Sie wie ein persönliches GPS-Gerät auf dem Weg zum Erfolg führt.

Verbesserung des Jugendwohls durch Vorbilder

Positive Vorbilder dienen im wirklichen Leben als Orientierungshilfe. Sie weisen Ihnen nicht nur den Weg, sondern geben Ihnen auch eine wertvolle Schatzkarte zum Erfolg an die Hand. Wie erreichen sie das? Sie besitzen einige bemerkenswerte Eigenschaften:

1. **Hingabe für die Gemeinschaft** - Ihr Vorbild ähnelt einem Anwalt der Gemeinschaft, der stets bereit ist, die Umstände für alle zu verbessern. Sie sind bestrebt, die Gemeinschaft zu einem besseren Ort zu machen.
2. **Wertschätzung** – Den besten Vorbildern geht es darum, Menschen so zu akzeptieren, wie sie sind. Kein Urteil, nur positive Stimmung und Verständnis.



Verbesserung des Jugendwohls durch Vorbilder

3. **Menschen inspirieren** - Sind Sie schon einmal jemandem begegnet, der Sie einfach dazu motiviert, Ihr Bestes zu geben? Das ist Ihr Vorbild, das Sie ermutigt, nach den Sternen zu greifen.
4. **Klare Werte** - Vorbilder haben klare Werte, die sie leiten. Es ist, als hätte man einen moralischen Kompass, der immer darauf hinweist, das Richtige zu tun.
5. **Herausforderungen meistern** - Das Leben stellt jeden vor Hindernisse, aber Ihr Vorbild ist hervorragend darin, sie zu überwinden. Vorbilder zeigen, dass keine Situation hoffnungslos ist.

Einen Mentor haben

Lassen Sie sich von einem Mentor begleiten – einem treuen Begleiter bei Ihrem Streben nach Wachstum. Aus diesen Gründen ist die Zusammenarbeit mit einem Mentor wie die Freisetzung eines starken Katalysators für die persönliche, akademische und berufliche Entwicklung:



Wachstum unterstützen - Mentoren sind unerschütterliche Stützpfiler, die Ihre Entwicklung in verschiedenen Lebensbereichen fördern. Ihre Rolle geht über die Führung hinaus; Sie bieten wesentliche Unterstützung, um Ihnen bei der Bewältigung der Komplexität Ihrer Entwicklungsreise zu helfen.



Zielsetzung – Ein Mentor arbeitet aktiv mit Ihnen zusammen, um wichtige Ziele zu definieren und zu erreichen, und geht über das Übliche hinaus, um Ihren Weg voranzutreiben. Ihr Mentor ist ein strategischer Partner und spielt eine Schlüsselrolle bei der Verwirklichung Ihrer Ambitionen.



Wissensquelle - Mentoren verfügen über umfangreiches praktisches Wissen und liefern wertvolle Erkenntnisse in verschiedenen Situationen. Bei schwierigen Entscheidungen oder Herausforderungen fungiert Ihr Mentor als kluger Ratgeber und bietet praktische Ratschläge auf der Grundlage realer Erfahrungen.



Offener Zuhörer - Ihr Mentor hört aktiv zu und schafft eine unterstützende Atmosphäre für die Äußerung von Gedanken und Ideen. Er bietet auch konstruktives Feedback, um Ihr persönliches und berufliches Wachstum zu unterstützen.

Fallstudie

Mentor Schweden



- *Mentor Sweden* engagiert sich für die Förderung einer gesunden Entwicklung junger Menschen. Sie bieten Mentoring-Programme für 13- bis 17-Jährige an, bei denen Mentoren als Vorbilder fungieren und ihnen die nötige Unterstützung bieten.
- Die Organisation konzentriert sich auf präventive Maßnahmen gegen Gesundheitsprobleme und soziale Ausgrenzung.
- Mit einem 25-köpfigen Team in Stockholm, Göteborg und Malmö arbeitet Mentor Sweden mit lokalen Einrichtungen und Unternehmen zusammen, um eine größere Wirkung zu erzielen.
- Die Teammitglieder verfügen über unterschiedliche Fachkenntnisse in den Bereichen Sozialarbeit, Bildung und mehr und haben das gemeinsame Ziel, sich für die Rechte junger Menschen und die gesellschaftliche Teilhabe einzusetzen.

” We don't talk a lot about being a role model, but my mentor shows what a role model is just by being themselves.

Individual Mentoring Youth

Finde deinen Mentor

Diese Initiativen bieten verschiedene Formen der Unterstützung und Entwicklungsmöglichkeiten für junge Menschen in ganz Europa, wobei der Schwerpunkt auf Mentoring, beruflicher Weiterentwicklung und Empowerment liegt.

Link	Initiative Name	Beschreibung
European Mentoring Summit 2022	European Mentoring Summit 2022	Ein Gipfel, der zum Europäischen Jahr der Jugend beiträgt und sich auf die Betreuung junger Europäer konzentriert. Er bietet Möglichkeiten zum Wissensgewinn, zur beruflichen Weiterentwicklung und zum bürgerschaftlichen Engagement.
Mentoring Europe	Mentoring Europe	Eine Initiative, die sich auf die Entwicklung von Qualitätsbewertungen und Standards für Mentoring, die Verbindung von Forschung und Praxis sowie die Förderung der Auswirkungen von Mentoring auf die soziale und wirtschaftliche Entwicklung in Europa konzentriert.
House of Mentors	House of Mentors	Ein Netzwerk von Mentoren in ganz Europa, das Studierende und ihre Ideen unterstützt. Im Fokus stehen die persönliche und nachhaltige Betreuung, die Organisation von Wettbewerben und Vorträgen für Mentoren, Mentees und Sponsoren.
Mentor International Youth Academy	Youth Academy	Ein Programm von Mentor International und der TUI Care Foundation, das ein einjähriges schulinternes Gruppen-Mentoring-Programm in Deutschland, Jordanien und Schweden anbietet. Ziel ist es, jungen Menschen aus gefährdeten Gemeinschaften Lebenskompetenzen zu vermitteln.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

OFFENE BILDUNGSRESSOURCEN

5.2 Positive Jugendentwicklung

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Gemeinsam ist die Zukunft

- ✓ Was passiert, wenn wir alle zusammenarbeiten, unsere Standpunkte vermischen und etwas Großartiges schaffen, wenn verschiedene Stimmen zusammenkommen? **Stellen Sie sich eine Welt vor, in der sich die Talente aller vermischen und eine verrückte Collage aus Ideen, Kulturen und Träumen entsteht.** Das ist die Zukunft, die wir gemeinsam gestalten. Es geht nicht nur darum, mit unseren Unterschieden klarzukommen. Es geht darum, sie in ein dynamisches Puzzle zu verwandeln, das mit jedem Teil etwas noch Cooleres ergibt.
- ✓ Warum zusammen? Weil da die tollen Ideen herkommen. Denken Sie an Ihre Lieblingsband – jedes Mitglied hat seinen eigenen Sound, und wenn sie gemeinsam jammen, ist das pure Magie. In unseren diversen Gruppen ist das ähnlich – **Jeder von uns bringt seinen eigenen Geschmack in die Mischung ein.** Wie können wir diesen Traum wahr werden lassen? Indem wir uns gegenseitig kennenlernen, Respekt zeigen und eine Party für die Vielfalt um uns herum veranstalten.



Was können wir tun?



JUGENDARBEIT

- ✓ Reflektiert Vielfalt in sicheren und integrativen Räumen
- ✓ Fördert eine offene Haltung
- ✓ Erhöht das Bewusstsein

COMMUNITY

- ✓ Service und Aktivismus
- ✓ Zugehörigkeitsgefühl
- ✓ Einheit/Miteinander
- ✓ Sicherheit, um das volle Potenzial zu erkunden /auszuschöpfen

Kontext (ein Raum, der für die Beteiligung junger Menschen und damit verbundene soziale Anerkennung geschaffen wurde, persönliche/familiäre Werte, äußere Situation, soziale Ungerechtigkeit)



JUGEND



COMMUNITY

Aktion (Projekte, Freiwilligenarbeit, Kampagnen, Bewegungen)



- ✓ Wellbeing
- ✓ Zufriedenheit
- ✓ Sozialer Kontakt und soziale Unterstützung
- ✓ Zugehörigkeitsgefühl

Quelle: Harre, 2007



Quelle: [Freepik](#)



Quelle: [Freepik](#)

Zeit zum Reflektieren

PUNKTE ZUM
REFLEKTIEREN



- ✓ Können Sie sich an Community-Interventionen erinnern, an denen Sie teilgenommen haben?
- ✓ Warum haben Sie die Initiative ergriffen, daran teilzunehmen?
- ✓ Was hat Ihnen am besten gefallen?
- ✓ Was konnten Sie für sich gewinnen?
- ✓ Wie glauben Sie, dass die Community (oder Zielgruppe) davon profitiert?
- ✓ Gab es Fehlschläge oder Frustration?
- ✓ Wie sind Sie durch sie navigiert?
- ✓ Würden Sie es noch einmal tun?

Was ist positive Jugendentwicklung?

Wie Kultur, Vielfalt und frühere Erfahrungen eine positive Jugendentwicklung beeinflussen können

Positive Youth Development (PYD) ist ein Ansatz, der die natürlichen Stärken und Potenziale junger Menschen hervorhebt. Anstatt sich nur darauf zu konzentrieren, Schwächen zu beheben oder negative Folgen zu vermeiden, geht die PYD davon aus, dass alle jungen Menschen die Fähigkeit haben, sich positiv zu entwickeln. Es liegt in der gemeinsamen Verantwortung von Familien, Gemeinschaften und Institutionen, Möglichkeiten und Unterstützung anzubieten und jungen Menschen dabei zu helfen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen.

Der Schlüssel liegt darin, die unterschiedlichen Hintergründe und Herausforderungen junger Menschen anzuerkennen und zu respektieren. PYD bietet einen nützlichen Rahmen, um das Potenzial von Jugendlichen aus verschiedenen Kulturen, mit unterschiedlichem Hintergrund und mit diversen Herausforderungen zu fördern und auszuschöpfen. Dieser Ansatz zielt darauf ab, ihr allgemeines Wohlbefinden zu verbessern und eine positive Entwicklung zu fördern.

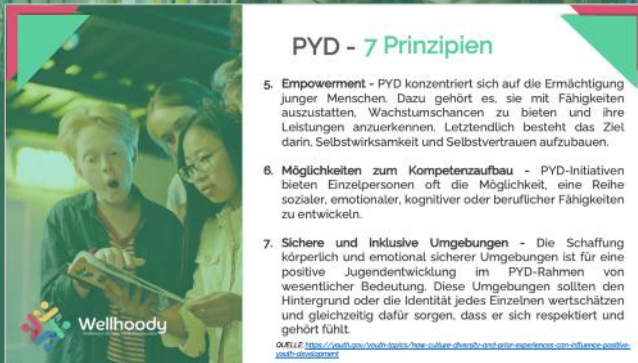
QUELLE: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>



PYD - 7 Prinzipien

Zu den Merkmalen und Prinzipien von PYD gehören:

1. **Stärkenbasierter Ansatz** - Anstatt Einzelpersonen als Probleme zu betrachten, die einer Lösung bedürfen, erkennt PYD ihre inhärenten Stärken, Talente und ihr Potenzial für Wachstum und Entwicklung an.
2. **Ganzheitliche Entwicklung** - PYD erkennt an, dass junge Menschen in verschiedenen Aspekten ihres Lebens Fortschritte machen – körperlich, psychisch, intellektuell und sozial. Ziel ist es, ihr Wachstum in all diesen Dimensionen zu fördern.
3. **Aktive Partizipation** - PYD setzt sich dafür ein, dass der Einzelne sich aktiv an seiner eigenen Entwicklung beteiligt. Dazu gehört es, Führungsrollen zu übernehmen, Entscheidungen zu treffen und einen Beitrag für die Gemeinschaft zu leisten.
4. **Unterstützende Beziehungen** - PYD betont die Bedeutung dauerhafter Verbindungen mit Erwachsenen und Gleichaltrigen und fördert Mentoring, Beratung und Unterstützung.



PYD - 7 Prinzipien

5. **Empowerment** - PYD konzentriert sich auf die Ermächtigung junger Menschen. Dazu gehört es, sie mit Fähigkeiten auszustatten, Wachstumschancen zu bieten und ihre Leistungen anzuerkennen. Letztendlich besteht das Ziel darin, Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen aufzubauen.
6. **Möglichkeiten zum Kompetenzaufbau** - PYD-Initiativen bieten Einzelpersonen oft die Möglichkeit, eine Reihe sozialer, emotionaler, kognitiver oder beruflicher Fähigkeiten zu entwickeln.
7. **Sichere und inklusive Umgebungen** - Die Schaffung körperlich und emotional sicherer Umgebungen ist für eine positive Jugendentwicklung im PYD-Rahmen von wesentlicher Bedeutung. Diese Umgebungen sollten den Hintergrund oder die Identität jedes Einzelnen wertschätzen und gleichzeitig dafür sorgen, dass er sich respektiert und gehört fühlt.

QUELLE: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Gute Beispiele

QUELLE: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Bei der Förderung einer positiven Jugendentwicklung (PYD) geht es darum, ein starkes Zugehörigkeitsgefühl zu schaffen und sinnvolle Verbindungen zu Gleichaltrigen, Freunden und der eigenen kulturellen Identität innerhalb einer Gemeinschaft aufzubauen. Durch die Anwendung der PYD-Prinzipien und -Praktiken können wir die Widerstandsfähigkeit verbessern und Risiken reduzieren, was jungen Menschen und Gemeinschaften mit unterschiedlichem Hintergrund zugute kommt, einschließlich unterschiedlicher Ethnien, Rassen, Kulturen, spezifischer Verhaltens- und Lernbedürfnisse sowie sexueller Orientierung.

- ✓ Beispielsweise zeigten junge Menschen in **Panama, Costa Rica und Guatemala**, die positive PYD-Erfahrungen gemacht hatten, wie z. B. den Aufbau enger Beziehungen zu Gleichaltrigen, Lehrern und der Familie, bessere Entscheidungsfähigkeiten in Bezug auf Drogen- und Substanzmissbrauch als diejenigen mit weniger positiven Verbindungen.
- ✓ In **Hongkong** wurden positive Verhaltensänderungen beobachtet, als Agenturen und Fachkräfte für Jugendentwicklung gefährdeten Jugendlichen lebenskompetenzorientierte Schulungen anboten, die sich auf persönliche Kompetenz, Zugehörigkeitsgefühl und Optimismus konzentrierten. Zu diesen Veränderungen gehörten ein besseres Wutmanagement, Konfliktlösung, eine verbesserte Kommunikation mit Erwachsenen, Fähigkeiten zur Problemlösung und eine tiefere Wertschätzung für Teamarbeit. Eine Schlüsselrolle bei diesen Veränderungen spielte die Ermutigung junger Menschen, durch Service-Learning-Aktivitäten einen Beitrag für ihre Gemeinschaften zu leisten, sowie die Stärkung von Eltern und Lehrern in unterstützenden Rollen.
- ✓ In **Bangladesch** zeigten Kinder mit Zerebralparese eine Verbesserung ihrer Anpassungsfähigkeiten, als ihre Betreuer an einem Elternschulungsprogramm teilnahmen. Im Rahmen des Programms wurden Fortschritte in den Bereichen Kommunikation, Sozialisation, Motorik und Alltag gemessen.

Verbesserung des Wohlbefindens junger Menschen durch Förderung von Praktika und Karriereentwicklung

KARRIEREENTWICKLUNG

Im Bereich der Karriereentwicklung sind die Bereitstellung wertvoller Berufsberatung, die Verbesserung von Bildung und Ausbildung, der Ausbau von Praktikumsmöglichkeiten, die Förderung von Mentoring und Networking, die Zusammenarbeit mit Arbeitgebern, die Förderung lebenslangen Lernens und die Sicherstellung des Zugangs zu Ressourcen und Technologie wichtige Komponenten. Die Investition in Ihre berufliche Weiterentwicklung kommt nicht nur Ihnen persönlich zugute, sondern trägt auch erheblich zum gesellschaftlichen Gesamtumfeld bei.

PRAKTIKA

Insbesondere Praktika bieten unschätzbare Erfahrungen für den Einstieg in die Berufspraxis. Sie bieten die Möglichkeit, sich an sinnvoller Forschung zu beteiligen, verschiedene Aufgaben und Abteilungen kennenzulernen und Kontakte zu Mentoren zu knüpfen. Praktika sind eine Möglichkeit, praktische Fähigkeiten zu erwerben, persönliche Vorlieben zu erkennen und Beziehungen zu erfahrenen Fachleuten aufzubauen. Betrachten Sie es als Sprungbrett, das Sie zu einem Karrierestartplatz führt, auf dem fundierte Entscheidungen intelligent getroffen werden können.

Ressourcen

[BRYCS ORG: Growing up in a New Country: A Positive Youth Development Toolkit for Working with Refugees and Immigrants \(Toolkit\)](#)

Dieses Toolkit fasst Artikel, Ressourcen und Programme zusammen, die Agenturen bei der Einführung eines Positive Youth Development (PYD)-Ansatzes für die Arbeit mit neu zugezogenen Jugendlichen unterstützen können. Von diesen Ressourcen und Beispielen „vielversprechender Praktiken“ in Jugendprogrammen sollten sowohl etablierte als auch neue Anbieter profitieren. Die Ressourcendiagramme sind nach den Phasen des Programmentwicklungszyklus organisiert.





Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

OFFENE BILDUNGSRESSOURCEN

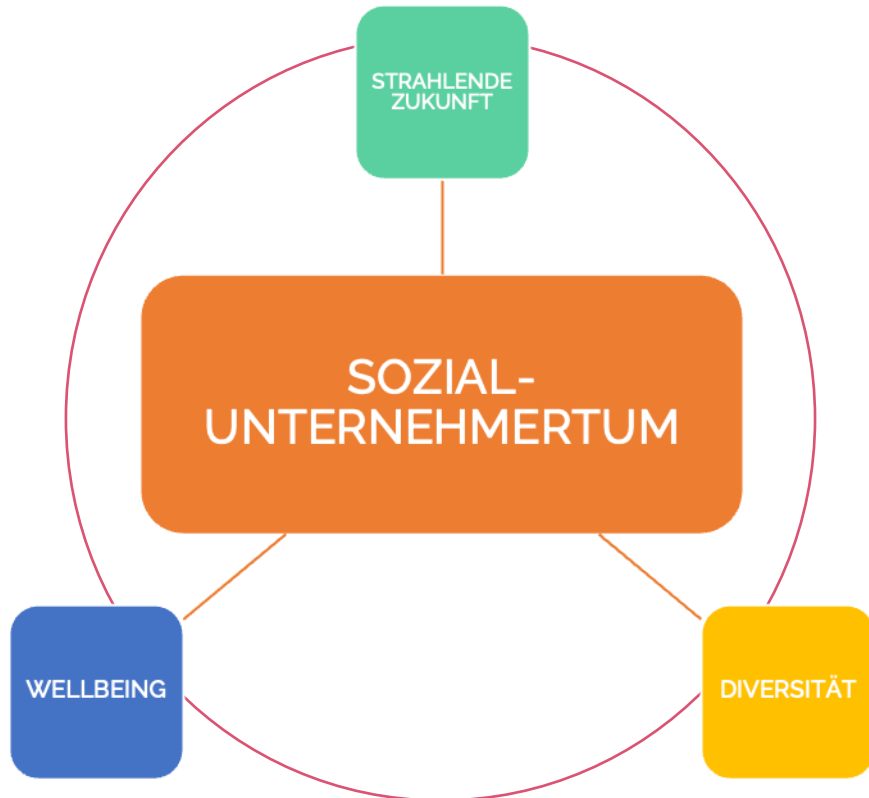
5.3 Sozialunternehmertum

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Potentiale von Sozialunternehmertum



- Beim sozialen Unternehmertum nutzen junge Menschen wie Sie ihre Geschäfte, um die Welt besser zu machen. Es geht nicht nur darum, Geld zu verdienen; Es geht darum, Lösungen für Probleme, wie Armut oder Umweltverschmutzung, zu schaffen.
- Als junge Sozialunternehmer haben Sie die Macht, Unternehmen zu gründen, die Gutes für die Menschen und den Planeten tun.
- Das bedeutet, dass Sie Ihrer Gemeinde helfen und gleichzeitig wichtige Fähigkeiten wie Führung und Problemlösung entwickeln.
- Soziales Unternehmertum ist eine großartige Möglichkeit, etwas Positives zu bewirken und eine glänzende Zukunft für sich selbst und andere zu gestalten

Sozialunternehmertum- Roadmap für die Zukunft

Definition von Sozialunternehmertum

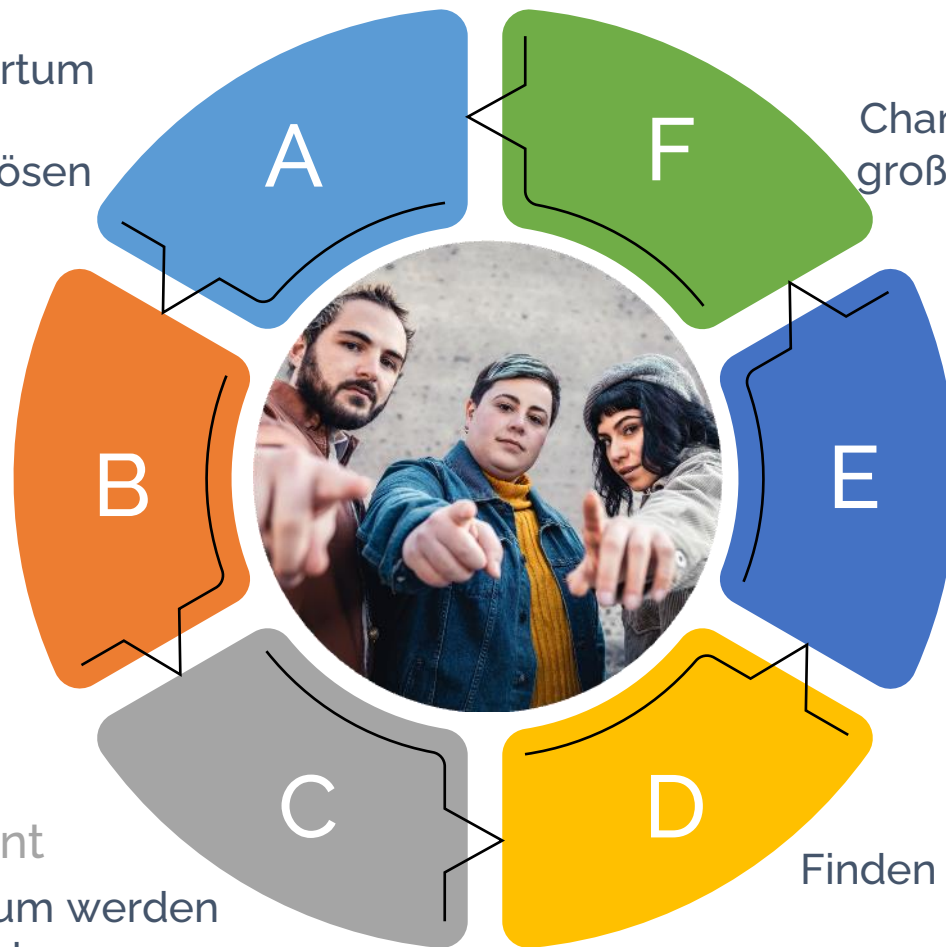
Herausforderungen in Chancen verwandeln – Sozialunternehmertum nutzt innovatives Denken, um Probleme der Gemeinschaft zu lösen

Die Rolle der Jugend

Ihre Energie, Kreativität und frischen Ideen sind der Schlüssel zum Vorantreiben des gesellschaftlichen Wandels. Als junge Sozialunternehmer können Sie Ihre Leidenschaft in wirkungsvolle Taten umsetzen

Wirkung und Empowerment

Durch soziales Unternehmertum werden Sie zum Katalysator für Veränderungen, fördern nachhaltige Lösungen und stärken Ihre Gemeinschaft.



Ihre Reise beginnt jetzt

Nutzen Sie Ihr Potenzial als Changemaker. Jede innovative Idee, ob groß oder klein, trägt zu einer besseren, nachhaltigeren Zukunft bei.

Erfolgsgeschichten

Lassen Sie sich von jungen Führungskräften inspirieren, die etwas bewegt haben. Ihre Projekte in Bereichen wie ökologische Nachhaltigkeit und Bildung zeigen die Kraft jugendgetriebener Veränderungen

Beginnen

Finden Sie eine Sache, die Ihnen am Herzen liegt. Vernetzen Sie sich mit lokalen Netzwerken für soziale Unternehmen. Suchen Sie nach Lernmöglichkeiten in Workshops und Mentoring-Programmen

Sozialunternehmerische Jugendarbeit für eine nachhaltige Zukunft mit weniger Konflikten

Das vom *Nederlands Jeugdinstituut* finanzierte Erasmus+ KA2-Programm „Social Entrepreneurship for a Sustainable Future with Less Conflict“ zielt darauf ab, Jugendorganisationen mit Instrumenten auszustatten, um junge Frauen beim Unternehmertum zu unterstützen, wobei der Schwerpunkt auf sozialer und kultureller Sensibilität liegt.

Es richtet sich an NEET-Jugendliche, insbesondere aus ländlichen und benachteiligten Gebieten. Das Programm bietet einen Online-Kurs, eine komprimierte Version einer 8-tägigen Schulung, die in mehreren Sprachen verfügbar ist. Es werden die Themen Organisationskultur, Mentoring und Workshops für NEET-Jugendliche und -Frauen abgedeckt. Der Schwerpunkt liegt auf nachhaltiger Entwicklung und Friedenskonsolidierung durch die Gründung von Start-ups im sozialem Unternehmertum.





Wer kann profitieren:

- ✓ Jugendarbeiter
- ✓ junge Menschen/Freiwillige
- ✓ Peer-Lehrer

Voraussetzungen:

- ✓ Internetzugang
- ✓ Basiskenntnisse in Englisch

So engagieren Sie sich:

Der Kurs steht allen registrierten Nutzern kostenfrei zur Verfügung. Klicken Sie bei der Anmeldung auf „**Kurs starten**“. Die Dauer beträgt ca. 2 Stunden und der Inhalt bleibt 14 Tage nach der Anmeldung zugänglich. Weitere Informationen finden Sie in den FAQ.

[**HIER KLICKEN**](#)



Kursinhalte:

1. Friedensförderung und nachhaltige Entwicklung – Jugendarbeit als Treiber des Wandels
2. Non-formale Bildung und Jugendarbeit zur Steigerung der Kompetenzen junger Menschen
3. Unternehmerisches Lernen – eine Möglichkeit, die Jugendarbeit zu bereichern
4. Unternehmertum der neuen Ära und unternehmerische Intelligenz
5. Soziales, ethisches und grünes Unternehmen
6. Sozialunternehmertum



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

OFFENE BILDUNGSRESSOURCEN

5.4 Persönliche und berufliche Entwicklung

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Was bedeutet es, sich als Person zu entwickeln?

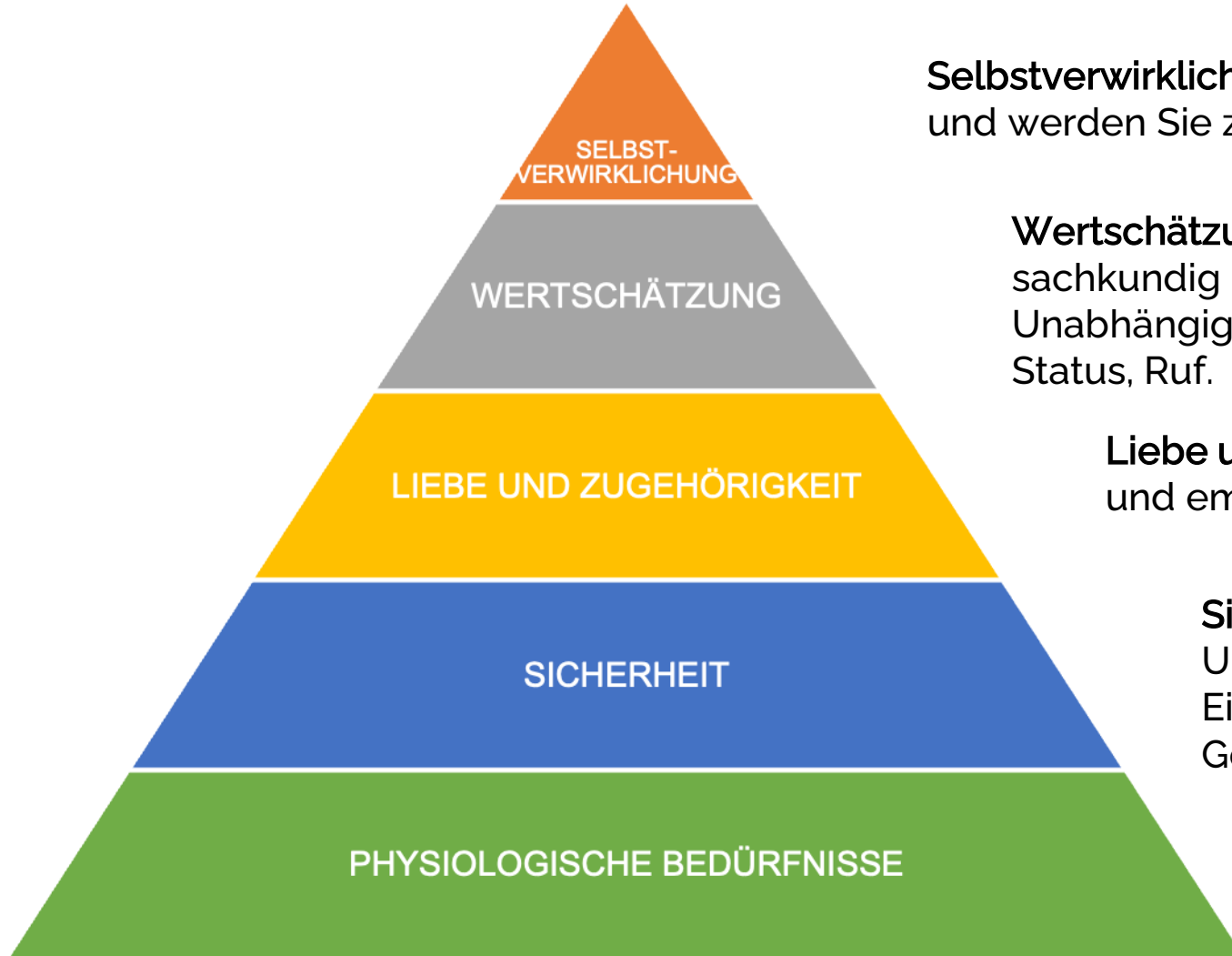
Die Reifung als Individuum ist eine ständige Reise der Selbstverbesserung und -erweiterung. Es umfasst Anstrengungen zu unternehmen, um Ihre Fähigkeiten zu verfeinern, Ihre Ambitionen zu erweitern und sinnvolle Erfahrungen zu sammeln, sowohl am Arbeitsplatz als auch in verschiedenen Aspekten des Lebens. Um die beste Version Ihrer selbst zu werden, müssen Sie sich Ziele setzen, die sowohl herausfordernd als auch erreichbar sind, Erkenntnisse gewinnen und aus herausfordernden Situationen und Erfolgen lernen sowie innere Qualitäten wie emotionale Intelligenz, eine positive Einstellung und einen klaren Sinn für Ziele fördern. Einfacher ausgedrückt ist persönliche Entwicklung eine Verpflichtung zu kontinuierlichem Lernen und Anpassung im Laufe Ihres Lebens, die sicherstellt, dass Sie sich im Laufe der Zeit zu einem kultivierteren und fähigeren Menschen entwickeln.

Schlüsselemente:

- ✓ **Fähigkeiten ausbauen** - Identifizieren Sie Bereiche mit Verbesserungspotenzial und beteiligen Sie sich aktiv daran, neue Dinge zu lernen.
- ✓ **Ziele setzen** - Streben Sie nach substanziellen, aber erreichbaren Zielen, um Ihre persönliche und berufliche Reise zu leiten.
- ✓ **Weisheit am Arbeitsplatz** - Nutzen Sie Herausforderungen, Erfolge und Rückschläge bei der Arbeit als Lehren für Belastbarkeit und Anpassungsfähigkeit.
- ✓ **Inneres Wachstum** - Kultivieren Sie emotionale Intelligenz, pflegen Sie eine positive Denkweise und entdecken Sie Zielstrebigkeit in Ihnen.



Persönliche Entwicklung laut Maslow's Pyramide



Selbstverwirklichung - Erreichen Sie Ihr volles Potenzial und werden Sie zu allem, wozu Sie fähig sind.

Wertschätzung - Selbstwertgefühl, Kompetenz (sich sachkundig und kompetent fühlen), Würde (Respektwürdig, Unabhängigkeit), Respekt, Anerkennung für Leistungen, Status, Ruf.

Liebe und Zugehörigkeit - Freunde, Zuneigung geben und empfangen, Akzeptanz.

Sicherheit - Leben und Arbeiten in einer sicheren Umgebung, stabiles und ausreichendes Einkommen, Schutz vor Missbrauch, gute Gesundheit.

Physiologische Bedürfnisse - Nahrung, Wasser, Unterkunft, Ruhe, Wärme.


Üben wir: Träume dein Leben

Die Traum-Vision:

- ✓ Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um die Augen zu schließen und sich Ihr ideales Leben in 5 Jahren vorzustellen. Wo sind Sie? Was machen Sie? Mit wem sind Sie zusammen?
- ✓ Notieren Sie alles, was Ihnen in den Sinn kommt, so detailliert wie möglich.
- ✓ Welche Schritte müssen Sie unternehmen, um diese Vision in die Realität umzusetzen?

Welche Kompetenzen müssen Sie entwickeln?

Welche Art von Ausbildung oder Erfahrung hilft Ihnen dabei, dorthin zu gelangen?



Ihre Träume
sind gültig
und
erreichbar

**dreaming,
planning,
empathy
= Building your future**

WELLHOODY

Die heutige
Vision kann
zur Realität
von morgen
werden.

- In unserer vorherigen Übung „Träume dein Leben“ haben wir uns auf eine persönliche Reise begeben, um unsere Träume und Sehnsüchte zu erforschen und zu artikulieren. Erweitern wir diese Vision nun durch die Integration der Konzepte Vielfalt und Empathie.
- Diese Folgeübung lädt Sie ein, Ihre Träume mit denen anderer zu verbinden, insbesondere mit Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen, wie einem Neuankömmling in einem neuen Land.
- Durch das Verstehen und Einfühlen in unterschiedliche Erfahrungen bereichern wir nicht nur unsere Perspektiven, sondern entdecken auch, wie unsere Träume zu einer umfassenderen, integrativen Community-Erzählung beitragen und von dieser geprägt werden können.
- Lassen Sie uns erkunden, wie die Akzeptanz von Vielfalt und das Praktizieren von Empathie unseren Weg zur Verwirklichung unserer Träume verbessern und andere dabei unterstützen können, ihre Träume zu verwirklichen.

Träume und Vielfalt verbinden

Erinnern Sie sich an Ihre Übung „Träume dein Leben“. Stellen Sie sich nun vor, wie sich Ihre Träume mit denen einer Person mit einem anderen Hintergrund überschneiden könnten, wie beispielsweise dem neuen Studenten in unserem Szenario.

Berücksichtigen Sie die Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Bestrebungen und Herausforderungen. Wie bereichert diese Sichtweise Ihr Verständnis Ihrer eigenen Träume?



Wie kann das Verständnis verschiedener Perspektiven Ihre Ziele und Handlungen beeinflussen?

Entdecken Sie, wie das Einbeziehen unterschiedlicher kultureller Hintergründe, Geschichten und Träume zu einem integrativeren Ansatz zur Erreichung Ihrer Ziele führen kann

Seien Sie offen für Unterstützung an oder arbeiten Sie mit Menschen zusammen, die andere Erfahrungen haben, und bereichern Sie so beide Wege.

Seien Sie offen für vielfältige Perspektiven und Erfahrungen, bereichern Sie Ihren eigenen Weg und tragen Sie positiv zu den Träumen anderer bei.

Inklusion und Jugend-Entwicklung

Bei sozialer Ausgrenzung geht es vielleicht um Geldmangel oder darum, ein illegaler Einwanderer in einem neuen Land zu sein. Darüber hinaus geht es um eingeschränkte Bildungschancen und den Umgang mit Diskriminierung aufgrund persönlicher Merkmale.

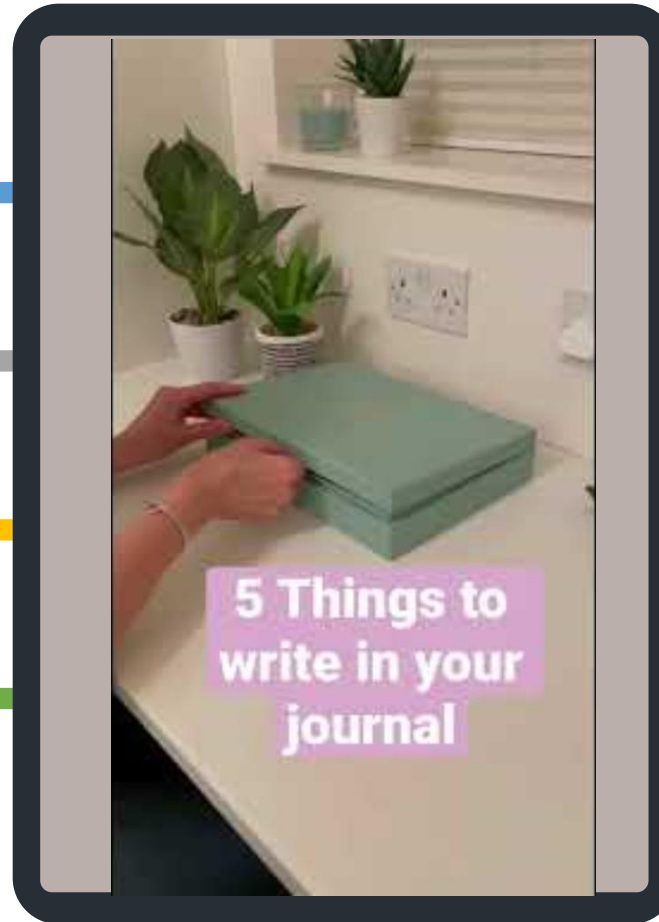
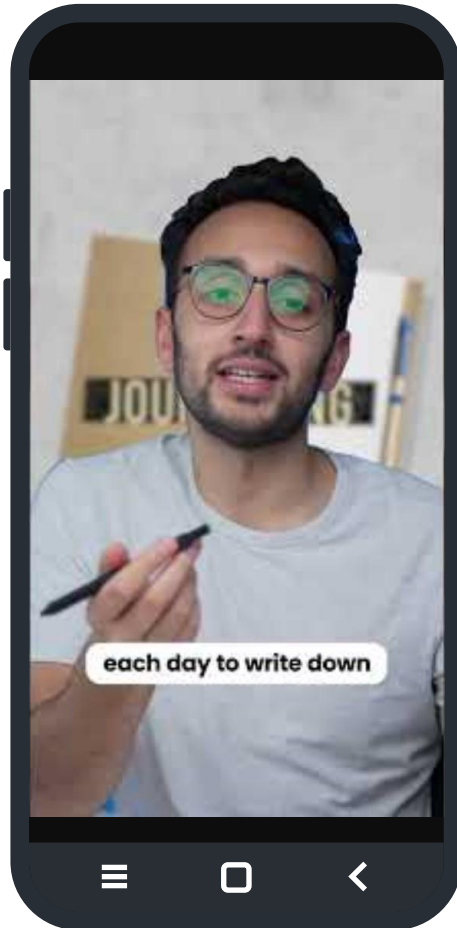
Diskriminierung, die häufig zu Ausgrenzung führt, kann das Wohlbefinden erheblich beeinträchtigen. Es schafft Hürden beim Zugang zu Diensten, die für alle zugänglich sein sollten, und wirkt sich negativ auf die Gesundheit, das allgemeine Glück und die Lebensqualität aus.

Stellen Sie sich zum Beispiel einen jungen Menschen aus einer weniger privilegierten Gemeinschaft vor. Sie könnten auf Schwierigkeiten stoßen, eine höhere Ausbildung zu absolvieren und einen gut bezahlten Job zu finden. Diese Situation kann dazu führen, dass sie in einem Kreislauf der Armut gefangen bleiben, in dem der Mangel an Möglichkeiten ein Hindernis für den Ausstieg aus diesem Kreislauf darstellt.

QUELLE: <https://commission.europa.eu/select-language>

Beginnen Sie das Journaling, um Ihre persönliche Entwicklung zu planen und zu beobachten

SCHAUEN SIE DIE VIDEOS



Selbstreflektion

Zielsetzung

Entspannung

Persönlichkeitsentwicklung

Berufliche Entwicklung



Wenn Sie zwischen 15 und 27 Jahre alt sind, ist es an der Zeit, einen beruflichen Weg einzuschlagen, der Ihren Leidenschaften und Fähigkeiten entspricht. Dies ist eine Zeit zum Entdecken, Lernen und zum Legen des Grundsteins für eine erfolgreiche Karriere

Schauen wir uns die praktischen Schritte an, die Sie unternehmen können, um Ihr berufliches Narrativ strategisch aufzubauen und Chancen zu nutzen, die Ihre Zukunft prägen werden.

Gestalten Sie Ihren professionellen Weg

Interessen und Fähigkeiten

Entdecken Sie Ihre Leidenschaften mithilfe von Online-Tools.
Nehmen Sie an Kursen und Workshops teil, um technische Fähigkeiten und Soft Skills auszubauen.

Erobern Sie das Feld

Versuchen Sie es mit Praktika oder Teilzeitjobs.
Werden Sie ehrenamtlich tätig, um praktische Fertigkeiten zu erwerben

Online-Präsenz aufbauen

Erstellen Sie ein LinkedIn-Profil.
Stellen Sie Ihre Fähigkeiten unter Beweis und interagieren Sie mit Brancheninhalten

Interessen und Fähigkeiten

Nehmen Sie an Branchenveranstaltungen teil und vernetzen Sie sich mit Fachleuten auf LinkedIn, um sich beraten zu lassen.

Interessen und Fähigkeiten

Seien Sie offen für Veränderungen und lernen Sie aus Herausforderungen. Ihr Weg kann sich im Laufe der Zeit weiterentwickeln.

Fazit

- Zum Abschluss dieses Moduls möchten wir, dass Sie, die wunderbaren jungen Köpfe, wissen, dass das Verständnis von „Positive Youth Development“ Ihnen den Schlüssel in die Hand gibt, um Ihr unglaubliches Potenzial freizusetzen. Wir haben Sie Schritt für Schritt durch die Planung und Durchführung von Jugendprogrammen geführt und Ihnen gezeigt, wie Sie diese auf große Ziele ausrichten können.
- Darüber hinaus haben wir Geheimnisse über persönliches und berufliches Wachstum verraten, damit Sie in der Welt der Jugendarbeit immer weiter aufsteigen können. Machen Sie sich also bereit, in Gemeinschaftsinitiativen einzutauchen – denn durch die aktive Teilnahme werden Sie Teil von etwas Großem und machen einen Unterschied, indem Sie auf die einzigartigen Bedürfnisse und Herausforderungen junger Menschen wie Sie selbst eingehen!



Danke und
Gratulation!

Sie haben das
fünfte Modul des
WELLHOODY-
Kurses
abgeschlossen.

www.wellhoody.eu

