



Yes, I can.

STANDORT-
BESTIMMUNG

FÄHIGKEITEN

INTERESSEN

WERTE
LEBENSZIELE

INFORMATIONSS-
KOMPETENZ

ENTSCHEIDUNGS-
KOMPETENZ



ZIELE UND METHODE

Anhand eines Fragebogens setzen sich die Schüler*innen zunächst mit ihrem persönlichen Kompetenzprofil auseinander. Sie erhalten dann die Möglichkeit, dieses Selbstbild durch zusätzliche Perspektiven (Fremdbilder) ihrer Mitschüler*innen zu ergänzen und zu prüfen. Ziel ist es, sich der eigenen Fähigkeiten bewusst zu werden, sie klar benennen zu können und sich ihrer so zu vergewissern.

HINWEIS

Das Angebot »Yes, I can« kann sehr sinnvoll mit der Methode »Der Blick von außen« erweitert werden. Bei dieser Methode (die auch eigenständig durchgeführt werden kann) erhalten die Schüler*innen die Aufgabe, sich Fremdeinschätzungen von Personen ihres persönlichen Umfeldes außerhalb der Schule einzuholen. Die Auswertung findet dann gemeinsam in der Schule statt.



ZEITBEDARF

- 90 Min Dauer der Methode
- 25 Min Ihre eigene Vorbereitungszeit
- 10 Min Materialbeschaffung/Vorbereitung des Raums



MATERIALIEN UND VORBEREITUNG

- Arbeitsblatt 1 (Selbstbild/Fremdbild 1/2)
- Arbeitsblatt 2 (Selbstbild/Fremdbild 2/2)
- Arbeitsblatt 3 (Feedbackfragen)

Spielen Sie die Methode mitsamt der Arbeitsblätter einmal durch. Drucken Sie die Arbeitsblätter 1 und 2 (die zusammen gehören) und Arbeitsblatt 3 in Kursgröße aus. Halten Sie das Logbuch oder ein anderes Portfolio bereit, damit alle gewonnenen Erkenntnisse an einem Ort gesammelt werden können.

GUT ZU WISSEN

Beruflicher Erfolg und Zufriedenheit hängen insbesondere davon ab, ob es gelingt, die eigenen Fähigkeiten zur Geltung zu bringen (vgl. Neubauer 2018). Fähigkeiten sind Stärken. Diese an sich herauszufinden, ist nicht einfach, denn meist fallen uns nur Stärken ein, die mehr oder weniger jede*r hat, z.B. »Zuverlässigkeit«. Auch wenn derartige Begriffe in unseren Methoden zur Verfügung gestellt werden, sollten Sie die Schüler*innen dazu anregen, ihre Stärken im Detail zu beschreiben. Wir müssen danach suchen, was uns leicht fällt und was wir besser als andere können (vgl. Hofert 2016). Regen Sie die Schüler*innen darum an, sich in Beziehung zu anderen zu setzen, um herauszufinden, was charakteristisch für sie ist.

Der hier verwendete Fragebogen basiert auf der Theorie der multiplen Intelligenzen nach Howard Gardner. Gardner, der Intelligenz als eine Anzahl von Fähigkeiten und Fertigkeiten definiert, beschreibt acht verschiedene Intelligenzarten. Die Methode des »Reflecting team« kommt aus der systemischen Beratung. Wer das Feedback empfängt, wird nicht direkt angesprochen, sondern die Gruppe spricht über sie/ihn. Dies erleichtert das Annehmen des Feedbacks.

HILFREICHES SETTING UND TIPPS

Gestalten Sie die Stunde bewusst anders als sonst.

- **EINSTIEG:** Bieten Sie ein Warm-up an (Ideen im Koffer). Diese Übungen eignen sich sehr gut, um eine Klasse aus dem Schulalltag herauszulösen. Alle kommen in Bewegung und in Kontakt miteinander – eine gute Voraussetzung, sich Neuem zu öffnen.
- **RAUM:** Verändern Sie den Raum (Stuhlkreis, Tischgruppen etc.) oder suchen Sie einen ungewohnten Ort auf (Turnhalle, Außengelände etc.).
- **IHRE ROLLE:** Moderieren Sie eher, als dass Sie sich in der Pflicht sehen, zu unterrichten. Achten Sie auf einen wertschätzenden Umgang der Schüler*innen untereinander und auf ein gutes Zeitmanagement (evtl. mit sichtbarer Uhr), um am Ende genügend Zeit für die wertvolle, gemeinsame Abschlussreflexion zu haben.

Arbeitsphase

EINSTIMMUNG



5 Min



alle

ABLAUF

- Kommen Sie mit allen im Plenum zusammen. Kündigen Sie an, was Sie vorhaben.
- Laden Sie die Schüler*innen dazu ein, mithilfe des Fragebogens einen Selbst-/Fremdbild-Abgleich in Bezug auf ihre persönlichen Fähigkeiten vorzunehmen.

TIPP

Ermuntern Sie die Schüler*innen dazu, sich durchaus selbstbewusst einzuschätzen, da eher die Tendenz besteht, die eigenen Kompetenzen zu unterschätzen.

EINZELREFLEXION



10 Min



allein



Arbeitsblatt 1 und 2

ABLAUF

- Teilen Sie die Arbeitsblätter 1 und 2 aus.
- Die Schüler*innen arbeiten zunächst für sich und nehmen eine Selbsteinschätzung vor.

HINWEIS

Während die Schüler*innen arbeiten, schreiben Sie die Reflexionsfragen für den übernächsten Schritt an die Tafel/das Smardboard (siehe Durchführung 3/3).

Moderationsidee

Heute machen wir etwas anderen Unterricht. In dieser Stunde habt ihr Zeit, euch mit eurer Zukunft zu beschäftigen, genauer: mit eurer beruflichen Zukunft. Das Land Baden-Württemberg stellt Angebote zur Studien- und Berufsorientierung zur Verfügung, die wir jetzt ausprobieren.

Wir alle haben gewisse Stärken oder Fähigkeiten, über die wir verfügen, ohne uns dafür anstrengen zu müssen. Sie wurden uns quasi in die Wiege gelegt. Manchmal wissen wir von ihnen, manchmal aber schlummern sie noch unentdeckt in uns. Wir verschenken viel Potenzial, wenn sie uns verborgen bleiben.

Die Analyse, die wir heute mithilfe eines Fragebogens machen wollen, kann sehr hilfreich sein, um die eigenen Fähigkeiten zu identifizieren bzw. besser einzuschätzen. Es tut gut zu wissen, für was man sich auf die Schulter klopfen kann. Ebenso interessant ist zu erfahren, wie das andere sehen: Was kann ich aus DEINER Sicht wirklich gut?

Ihr werdet euch zunächst selbst einschätzen.

Seid eher großzügig als kritisch mit euch.

Besonders Mädchen tendieren dazu, ihr Licht unter den Scheffel zu stellen.

Füllt dazu die Arbeitsblätter 1 und 2 aus. Entscheidet bei den einzelnen Kompetenzbereichen ohne langes Nachdenken, wie ihr euch einschätzt. So manipuliert ihr euch möglichst wenig und gebt eurer Intuition genügend Raum.

Lasst euch hingegen bei der Spalte mit den Begründungen und Beispielen etwas Zeit: Warum schätzt ihr euch in einzelnen Bereichen besonders gut oder weniger gut ein?

Beispiele:

..., weil ich Schlagzeuger bin und wir viele Auftritte haben.

..., weil ich Mofas reparieren und damit mein Taschengeld verdienen kann.

..., weil ich verständnisvoll bin. Darum kommen andere oft zu mir und wollen Tipps.

FEEDBACK IN DER GRUPPE I



25 Min



zu dritt



Arbeitsblatt 1 und 2

ABLAUF

- Die Schüler*innen finden sich zu dritt zusammen.
- Leiten Sie die zweiteilige Gruppenarbeit an, in der sich die Schüler*innen gegenseitig ein Feedback geben.

HINWEIS

Bei einem Feedback dieser Art, dem »Reflecting Team« (zwei sprechen über einen Dritten), ist es wichtig, dass die Einschätzung in einer wertschätzenden, unterstützenden und hilfreichen Art und Weise geäußert wird. Die Rückmeldung, die gegenseitig gegeben wird, soll aufbauen und bestätigen, keinesfalls entmutigen oder gar verletzen. Sprechen Sie das an.

FEEDBACK IN DER GRUPPE II



15 Min



zu dritt



Arbeitsblatt 1–3

ABLAUF

- Die Schüler*innen bleiben in ihren 3er-Gruppen zusammen.
- Teilen Sie Arbeitsblatt 3 aus.
- Die Schüler*innen geben sich in diesem zweiten Teil der Gruppenaufgabe Tipps, in welchen Berufsfeldern die identifizierten Fähigkeiten von Arbeitsblatt 1 und 2 möglicherweise gefragt sind.

Im nächsten Schritt arbeitet ihr in der 3er-Gruppe.

*Wie schätzt ihr euch gegenseitig ein?
Welche Kompetenzen siehst du bei deiner/deinem Mitschüler*in besonders ausgeprägt? Wie kommt dein Eindruck zustande?*

Die Idee bei der Vorgehensweise ist, dass ihr zu zweit im Gespräch der dritten Person eure Einschätzung mitteilt. Die dritte Person hört dabei nur zu und hält das für sie Wichtige in der linken Spalte fest. Ihr alle werdet einmal in dieser Rolle sein.

Wie ihr in der Gruppe vorgehen müsst, findet ihr auf dem Arbeitsblatt 2 beschrieben (Gruppenarbeit 1).

Im zweiten Schritt der Gruppenaufgabe gebt ihr euch einander Berufsempfehlungen.

Wie ihr in der Gruppe vorgehen müsst, findet ihr auf dem Arbeitsblatt 3 beschrieben (Gruppenarbeit 2).

EINZELREFLEXION



10 Min



allein



Arbeitsblatt 2

ABLAUF

- Geben Sie den Schüler*innen 10 Minuten Zeit, sich mit dem Feedback zu beschäftigen und ihre Erkenntnisse auf Arbeitsblatt 3 zu notieren.

Die Gruppenarbeit, die ihr gerade gemacht habt, ist sehr intensiv. Entspannt euch daher kurz und lasst die Eindrücke etwas sacken.

Überlegt euch dann anhand der Fragen an der Tafel/dem Smartboard, was ihr gerne aus der heutigen Stunde mitnehmen möchtet. Notiert eure Erkenntnisse auf dem Arbeitsblatt 3.

FRAGEN ZUR REFLEXION (Tafel/Smartboard):

- *Teilen meine Feedbackgeber*innen meine Einschätzung? Wo? Wo nicht?*
- *Wie häufig habe ich dasselbe Feedback bekommen? Wo fühle ich mich bestätigt; wo eher nicht?*
- *Wo habe ich mich oder andere zu positiv/zu negativ beurteilt? Warum?*
- *Will ich mein Fähigkeitsprofil ergänzen? Wenn ja, in welchen Bereichen?*

ABSCHLUSSRUNDE UND DOKUMENTATION DER ERKENNTNISSE



10 Min



alle

ABLAUF

- Kommen Sie mit allen zum Abschluss der Stunde im Plenum zusammen.
- Regen Sie einen Austausch über die Methode und das Thema an (siehe Reflexionsfragen).
- Bitten Sie die Schüler*innen, ihre Erkenntnisse der Stunde in ihrem Logbuch festzuhalten und die Arbeitsblätter dort abzulegen.

Mögliche Reflexionsfragen:

- *Was war leicht/schwer an dieser Methode und warum?*
- *Was war heute eure wichtigste Erkenntnis aus dieser Stunde?*
- *Beschreibt, wie ihr euch gefühlt habt, als ihr in der Gruppe Rückmeldung von euren Mitschüler*innen bekommen habt. Was hat gut geklappt, was vielleicht weniger gut?*
- *Welche Schritte könnt ihr unternehmen, damit ihr möglichst viele eurer Fähigkeiten ausüben könnt? Wer/was könnte euch dabei helfen?*



NAME, DATUM

.....

**KOMPETENZEN
 IN FOLGENDEN
 BEREICHEN**

AUSPRÄGUNG

schwach mittel stark

**EIGENE EINSCHÄTZUNG
 BEGRÜNDUNG/BEISPIELE**

**EINSCHÄTZUNG VON AUSSEN
 BEGRÜNDUNG/BEISPIELE**

SO SEHE ICH MICH

1. Kreuze an, wie stark du die Kompetenzen in den jeweiligen Bereichen bei dir ausgeprägt siehst.

2. Gib in der Spalte **EIGENE EINSCHÄTZUNG** eine Begründung/ein Beispiel an, z.B.:
 »Ich zeichne gut und sehr gerne, weil ich meine Gedanken so besser mitteilen kann.«

HINWEIS
 In der Spalte **EINSCHÄTZUNG VON AUSSEN** hältst du die Rückmeldungen fest, die dir deine Mitschüler*innen später im Gruppenfeedback geben.

künstlerisch-musisch
 gestalten, zeichnen, singen,
 musizieren, komponieren

() () () () ()

sozial-kommunikativ
 empathisch sein, andere
 beeinflussen, einfühlsam
 kommunizieren

() () () () ()

**mathematisch-
 naturwissenschaftlich**
 analysieren, logisch
 denken, experimentieren,
 Beweisführung

() () () () ()

sprachlich-literarisch
 sich mündlich/schriftlich
 ausdrücken, Fremdsprachen
 können

() () () () ()

NAME, DATUM

.....

.....

**SO WERDE ICH
GESEHEN**

GRUPPENARBEIT 1

Findet euch zu dritt
zusammen.
Geht so vor:

1. Setzt euch an einen ruhigen Platz im Kreis.
2. Bestimmt, wer zuerst ein Feedback erhält. Diese/dieser dreht sich um.
3. Die beiden anderen tauschen sich miteinander aus, wie sie die einzelnen Kompetenzen bei ihr/ihm ausgeprägt sehen. Nennt Beispiele für eure Einschätzung.
4. Wer das Feedback bekommt, hört zu, kommentiert nicht und macht sich auf Arbeitsblatt 1 und 2 Notizen.

Wechselt dann die Rollen.

**KOMPETENZEN
IN FOLGENDEN
BEREICHEN**

AUSPRÄGUNG

schwach mittel stark

**EIGENE EINSCHÄTZUNG
BEGRÜNDUNG/BEISPIELE**

**EINSCHÄTZUNG VON AUSSEN
BEGRÜNDUNG/BEISPIELE**

technisch-handwerklich () () () () ()
*technisches Verständnis
besitzen, bauen, reparieren*

körperlich-kinästhetisch () () () () ()
*Bewegungen lernen, Sport
treiben, tanzen etc.*

räumlich-visuell () () () () ()
*räumliche Vorstellungskraft,
visuell denken, sich
orientieren*

intrapersonal () () () () ()
*sich selbst verstehen,
eigene Gefühle benennen
und regulieren*

Bitte umknicken.

NAME, DATUM

A Diese Berufsfelder/Tätigkeitsbereiche würden gut zu dir passen:

.....

FEEDBACK VON PERSON 1

FEEDBACK VON PERSON 2

.....

GRUPPENARBEIT 2

*Gebt euch gegenseitig in eurer 3er-Gruppe Berufsempfehlungen. Jede*r gibt und erhält zwei Tipps.*

Geht so vor:

- 1. Tauscht in der Gruppe eure drei Arbeitsblätter.*
- 2. Schaut euch die Arbeitsblätter 1 und 2 an.*
- 3. Gebt auf Arbeitsblatt 3 bei A Tipps, was eurer Meinung nach zu dem Fähigkeitsprofil passt. Knickt nach Feedback 1 das Blatt um.*

B MEINE ERKENNTNISSE:

EINZELAUFGABE

Überlege dir am Schluss in Ruhe, welche Erkenntnisse du aus der heutigen Stunde gewonnen hast. Notiere sie unter B.



Yes, I can.



STANDORT-
BESTIMMUNG

FÄHIGKEITEN

INTERESSEN

WERTE
LEBENSZIELE

INFORMATION-
KOMPETENZ

ENTSCHEIDUNGS-
KOMPETENZ

Autor*innen: Florian von Dobeneck, Kathinka Dettmer, Bettina Tolle, Tilmann Grüneberg, Ute Benninghofen

Quellen: Aljoscha Neubauer: *Mach, was du kannst. Warum wir unseren Begabungen folgen sollten – und nicht nur unseren Interessen.* Deutsche Verlags-Anstalt, München 2018.

Svenja Hofert: *Was sind meine Stärken?: Entdecke, was in dir steckt.* Gabal Verlag, Offenbach 2016.

Gestaltung: www.geiervisuell.com

Ihr Feedback hilft sehr, unser Angebot für Ihren Unterricht zu optimieren. Bitte geben Sie bei edkimo.com den Feedback-Code *duwekepo* ein oder scannen Sie den QR-Code. Vielen Dank!



Meine Notizen.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

GEFÖRDERT VOM

