

DAS BEWERBUNGSGESPRÄCH KANN KOMMEN!

Wer ich bin und was ich kann

ZIELKOMPETENZEN

In dieser Lerneinheit trainieren die Lernenden ihre Selbst- und Kommunikationskompetenz:

- ✓ Sie beschäftigen sich mit ihren persönlichen Eigenschaften.
- ✓ Sie lernen eine Methode kennen, um sich selbstbewusst vorstellen zu können.
- ✓ Sie üben die Selbstvorstellung.
- ✓ Sie suchen nach „versteckten“ Kompetenzen.

Zeitraumen: 3 x 45 Min.

Herausforderung für die Lernenden

In Vorstellungssituationen ist es wichtig, die eigene Person aufgeschlossen und selbstbewusst vorstellen zu können. Aber es liegt nicht immer auf der Hand, welche Eigenschaften und Besonderheiten jemanden ausmachen. Dem auf die Spur zu kommen und den Blick für die eigenen Kompetenzen zu schärfen, kann sowohl durch Selbstreflexion als auch im Austausch mit anderen gelingen.

Training

Die Lernenden setzen sich mit der eigenen Person auseinander. Auf welche Erfahrungen können sie zurückblicken? Welche Kompetenzen bringen sie mit? Was von all dem, was eine Person ausmacht, soll nach außen sichtbar werden? Die Lernenden entscheiden eigenverantwortlich, was von all dem, was sie ausmacht, im Rahmen einer Selbstvorstellung nach außen sichtbar gemacht werden soll.

Unterrichtsablauf

- + Warm up: Body speaks ... Selbstvorstellung braucht Mut
- + Wer bin ich? Elevator Pitch: eine Möglichkeit zur Selbstvorstellung
- + #ich: Was möchte ich über mich sagen?
- + Wie komme ich an? Feedback zur Selbstvorstellung
- + Was ich über mich noch sagen kann
- + Abschlussreflexion und Dokumentation

Didaktische Perspektive

In dieser Lerneinheit werden Sie als Lehrende*r die Ausarbeitung von Selbstvorstellungen unterstützen. Dabei ist es wichtig, dass Sie der Individualität der Lernenden nicht nur Raum geben, sondern ggf. dazu motivieren und dabei helfen, „das Eigene“ aufzuspüren und Worte dafür zu finden. Positives Feedback und der ressourcenorientierte Blick sind bedeutsam, um das Selbstbewusstsein der Lernenden zu stärken und gleichzeitig eine realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten zu fördern.

Themenblock „Das Bewerbungsgespräch kann kommen!“

Alle Lerneinheiten können einzeln und für sich stehend bearbeitet werden. Möchten Sie mehrere Einheiten des Themenblocks bearbeiten, schlagen wir folgende Reihenfolge vor:

1. Wer ich bin und was ich kann
2. Fragen, Antworten und Nervenflattern

1. = vorliegende Lerneinheit

Body speaks ... Selbstvorstellung braucht Mut



- + Sich in einer formellen Situation zu präsentieren, noch dazu, wenn es eine Bewerbungssituation ist, erfordert Mut. Unser Körper kann uns dabei helfen, uns sicherer und mutiger zu fühlen. Die folgende Übung kann auch in Gruppen durchgeführt werden, in denen die Teilnehmenden sich bereits kennen.
- + Bitten Sie die Lernenden sich in einem Kreis aufzustellen.
- + Erklären Sie, dass sich alle jetzt mit einer ganz persönlichen „Power-Geste“ vorstellen / begrüßen sollen. Es geht darum eine Geste zu finden, die die jeweilige Person mit ihrer individuellen Stärke verbindet.
- + Machen Sie den Anfang, nennen Sie Ihren Namen und verbinden Sie ihn mit Ihrer Power-Geste (z. B. eine bestimmte Tanzhaltung, weil Sie leidenschaftlich gern tanzen; eine bestimmte Körperhaltung, die ihnen Kraft oder Sicherheit gibt; ein nach oben geschwungener Arm à la Superman; ...)
- + Die Gruppe begrüßt Sie: sie nennt Ihren Namen und macht Ihre Power-Geste dazu.
- + Anschließend ist die nächste Person mit ihrer Geste dran. Die Gruppe begrüßt die Person, indem sie Name und Geste wiederholt.

Wer bin ich? Der Elevator Pitch



- + Teilen Sie den Lernenden einen Flyer aus, der „Werbung“ für den Elevator Pitch macht (Material 1) und lesen Sie ihn gemeinsam.
- + Informieren Sie die Lernenden: Bevor sie einen Elevator Pitch machen werden, werden sie sich darauf vorbereiten und zunächst aussagekräftige Informationen über die eigene Person sammeln.

#ich: Was möchte ich über mich sagen?



- + Bitten Sie hierfür die Lernenden, ein Blatt Papier zu nehmen und Hashtags zur eigenen Persönlichkeit aufzuschreiben, z. B.:

#MSA #Offenheit #Freunde #Mechatronik #volljährig
#Real Madrid #Computerspiele ...

- + Die SuS können bei Bedarf das Wörterbuch nutzen.
- + Im nächsten Schritt überlegen die Lernenden, welche Informationen aus der Hashtag-Sammlung in den Elevator Pitch kommen sollen. Während des Sammelns von Eigenschaften und Kompetenzen dürfen die Lernenden diese auch ergänzen, ändern oder präzisieren.
- + Geben Sie dann den Lernenden ausreichend Zeit, um ihren Elevator Pitch vorzubereiten. Falls Sie das Gefühl haben, dass die Lernenden lieber zu zweit als allein arbeiten, können Sie auch Paare bilden. Auch wenn jede*r Lernende den Elevator Pitch für sich selbst schreibt, so ist es manchmal dennoch hilfreich, wenn die Lernenden sich bei dieser Arbeit nicht allein fühlen und gegenseitig unterstützen können. Dies kann zudem die Unterscheidung zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung schulen.

Wie komme ich an? Das Feedback



- + In einer ersten Runde testen die Lernenden ihren Elevator Pitch dann mit ihrem Partner bzw. ihrer Partnerin. Sagen Sie den Lernenden, dass in dieser Phase Verbesserungsvorschläge ausdrücklich erwünscht sind:

Was lässt sich konkretisieren?

Was kann weggelassen werden?

Was fehlt?

- + Bieten Sie den Lernenden danach an, ihren Elevator Pitch vor der Gruppe vorzutragen und Feedback zu erhalten.

TIPP

Ermutigen Sie die Lernenden, sich außerhalb der Klasse / Gruppe Menschen zu suchen, denen sie ihren Elevator Pitch vorstellen. Die Methode sieht zahlreiche Wiederholungen vor, damit der / die Sprechende größtmögliche Sicherheit und Flüssigkeit beim Vortragen erreicht.

Was ich über mich noch sagen kann



- + Fragen Sie die Lernenden, ob ihnen während den Selbstvorstellungen der Mitlernenden noch weitere Erfahrungen oder Fähigkeiten eingefallen sind, die sie bei der Erarbeitung der eigenen Vorstellung außer Acht gelassen hatten. Sagen Sie dann, dass es in der nächsten Übung darum gehen soll, noch mehr solcher „versteckter“ Schätze zu heben.
- + Schreiben Sie folgende Fragen an den Sprachstand der Lernenden angepasst an die Tafel und bitten Sie die Lernenden sich diese Fragen zunächst selbst zu stellen und sich dabei Notizen zu machen. Dafür haben sie 10 Minuten Zeit.

Welche Erlebnisse / Erfahrungen habe ich im Laufe meines Lebens bis heute gemacht, bei denen ich etwas Grundlegendes gelernt habe? Was war das?

Welche Fähigkeiten loben andere an mir? Welche Kompetenzen nehmen andere an mir wahr?

Was glaube ich selbst: Woher kommt es, dass ich ... besonders gut kann?

- + Im Anschluss soll während 15 Minuten in der Kleingruppe ein Austausch zur Selbstreflexion erfolgen.
- + Danach können Sie im Plenum fragen, ob einzelne Lernende bereit sind, einen ihrer „gehobenen Kompetenzschätze“ mit der Klasse / Gruppe zu teilen.
- + Sprechen Sie mit den Lernenden darüber, ob die genannten Kompetenzen in einer Selbstvorstellung (z. B. in einem Bewerbungsgespräch) Raum bekommen sollten. Fragen Sie auch: Wie fühlt es sich für Sie an, über die eigenen Stärken zu sprechen? Ist das angenehm oder eher nicht? Und wie ist es, wenn andere über ihre eigenen Stärken reden?

Reflexion und Dokumentation

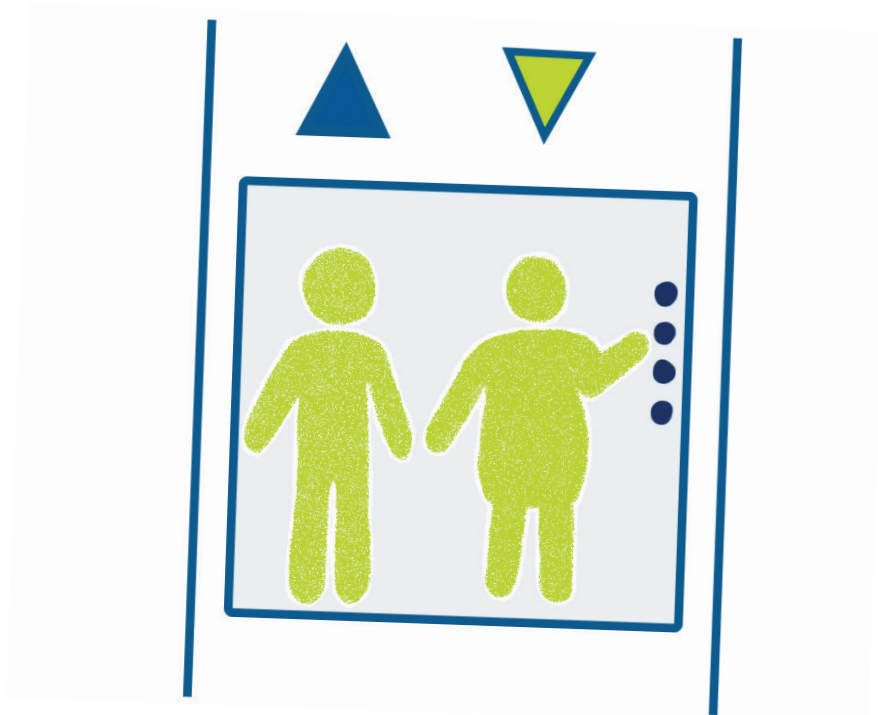


- + Laden Sie die Schüler*innen ein, sich abschließend Zeit zu nehmen, um die vergangene Lerneinheit Revue passieren zu lassen.
- + Teilen Sie hierfür den Dokumentations- und Reflexionsbogen (Material 2) aus.



MATERIAL 1

Der Elevator Pitch



Du willst wissen, wie du dich in aller Kürze vorstellen kannst? Und dabei alles Wichtige auf den Punkt bringst? Dann ist der „Elevator Pitch“ genau das Richtige für dich!

Der Name dieser Methode ist Programm!

Die Idee: Du steigst mit einer Person in einen Aufzug und hast nur sehr wenig Zeit, diese Person von dir selbst zu überzeugen – nämlich genau 30 Sekunden.

Versuche also, in 30 Sekunden zu erzählen, wer du bist und was du kannst.

Dabei musst du auf den Punkt kommen, alles Unwichtige weglassen und dich so konkret wie möglich ausdrücken.

So wirst du dich individuell, selbstsicher und überzeugend präsentieren!

MATERIAL 2

Feedback zu meiner Selbstvorstellung



1. Das haben andere zu meiner Selbstvorstellung gesagt:

2. Dieses Feedback war hilfreich für mich:

3. Dieses Feedback war nicht so hilfreich für mich:

4. Das war sonst noch interessant:

5. Checkliste – Was kann ich wie gut?



Ich kenne Eigenschaften und Besonderheiten, die mich ausmachen.			
Ich kann über diese Eigenschaften sprechen.			
Ich kenne meine Stärken.			
Ich kann mich kurz und prägnant vorstellen.			
Ich kann einer anderen Person hilfreiches Feedback geben.			

Impressum:

© SchlaU-Werkstatt für Migrationspädagogik gGmbH, 2022
www.schlau-werkstatt.de

Konzept: Nina Hille, Anja Kittlitz, Stefanie Studnitz, Melanie Weber

Autorin: Stephanie Mock-Haugwitz

Projektsteuerung und Redaktion: Stefanie Studnitz und Melanie Weber

Grafisches Konzept: Christina Knauer, München

Satz: Tim Schulz, Mainz

Illustration: Stefanie Studnitz

Text und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt.

Das Material kann in Schulen zu Unterrichtszwecken vergütungsfrei vervielfältigt werden.