

Ubuntu

Einführung durch den/die TrainerIn zum „Geist des Ubuntu“: Ubuntu ist ein afrikanischer Glaube daran, dass wir das, was wir sind, dank der Menschen um uns herum geworden sind, also die Erkenntnis, wie groß der Einfluss von anderen auf uns ist.

Die Übung hilft, auf die persönliche Entwicklung zurückzublicken und zu erkennen, welche Personen Schlüsselrollen in den verschiedenen Stadien des Lebens gespielt haben, zu sehen, wie man dank dieser Personen und Netzwerke vorangekommen ist und welche Menschen und Netzwerke bei der zukünftigen Entwicklung helfen können.

Schritt 1 – Aufzeichnen der Schlüsselpersonen und Netzwerke – Einzelarbeit, 10 bis 15 Minuten

Die TN erhalten je einen Flipchartbogen, einen Stift und das unten beschriebene Set an Post-its; Hinweis: Flipchartbogen im Querformat benützen und rechts eine Spalte von 15 cm frei lassen.

Anleitung: Über Menschen nachdenken, die eine wichtige Rolle in der persönlichen Entwicklung gespielt haben; deren Namen auf einzelne Post-its der Sorte 1 schreiben, auf den Flipchartbogen kleben; Namen, die zusammengehören, gemeinsam gruppieren; ältere Einflüsse auf die linke Seite des Plakats, aktuellere auf die rechte.

Schritt 2 – Projekte und Aktivitäten – Einzelarbeit, 5 Minuten

Wichtigste Projekte und Arbeitsaufgaben dazu fügen, die im Leben bewältigt wurden; Namen der Projekte auf Post-its der Sorte 2 schreiben und mit den Menschen verbinden, die bereits auf dem Poster festgehalten sind. 5 Minuten Zeit.

Schritt 3 – Nächste Schritte und Ideen – Einzelarbeit, 5 Minuten

Namen für zukünftige Projekte und Namen der Personen, die daran beteiligt sein werden, auf Post-its der Sorte 3 schreiben; am Plakat in die rechte Spalte kleben, die dafür frei gelassen wurde.

Diese zukünftigen Projekte können konkrete berufliche Pläne sein oder auch Netzwerke zu Themen, die Sie besonders interessieren, oder Personen, die Dinge tun, die Sie besonders begeistern und anregen. Überlegen Sie auch, wie Sie sich anschließen und beteiligen könnten.

Schritt 4 – Auswertung, 15 Minuten

Gemeinsame Reflexion: Was haben Sie gelernt/erfahren durch/über ...

- ... das Auflisten der Schlüsselpersonen in der ersten Runde? Wie sehen Sie diese Personen jetzt?
- ... die Verbindung zwischen Ihrer persönlichen Entwicklung und den Menschen um Sie herum?
- ... die Stärken und besonderen Fähigkeiten, die Sie während Ihrer beruflichen Laufbahn entwickelt haben?
- ... wie andere Menschen Sie in Zukunft dabei unterstützen können, Ihre Kompetenzen noch weiterzuentwickeln?
- Welche Ihrer Stärken erlauben es Ihnen, neue Menschen kennenzulernen und Ihren beruflichen Weg weiterzuverfolgen?
- Wie haben Ihre Fähigkeiten und Ihr Wissen Sie bisher dazu gebracht, sich bestimmten Netzwerken anzuschließen?
- Wie können Sie diese besonderen Stärken Ihrer Interaktion mit Menschen und Netzwerken ausweiten und in Zukunft noch besser einsetzen?