

DEINE RESSOURCEN

IDEE Jugendliche entwickeln häufig ein Gefühl der Machtlosigkeit gegenüber einer komplexen Welt. Zusammen mit der allgemeinen Unsicherheit des Jugendalters fragen sich viele, ob sie überhaupt ausreichend für den Wettbewerb der Berufswelt ausgestattet sind.

Die Reflexion individueller Ressourcen ist ein wichtiger Schritt zur Bewältigung von Übergängen. Wenn uns bewusst ist, was wir in unseren erwerbsbiografischen Entwicklungsprozess einbringen können, fällt es uns viel leichter, den Prozess zu beginnen und zu bewältigen.

Manche Jugendliche, insbesondere aus ressourcenschwachen Familien, benötigen Hilfe dabei, vorhandene Ressourcen auch als solche zu erkennen und fruchtbar zu machen. Hierbei hilft die Übung „Deine Ressourcen“.

ABLAUF

Im ersten Schritt werden die Jugendlichen gefragt, ob sie schon eine Vorstellung von ihren nächsten Zielen haben. Die Antwort auf diese Frage kann natürlich sehr konkret und präzise ausfallen, sie darf aber auch vage und vorläufig bleiben.

Hier muss also kein präziser Berufswunsch formuliert werden, es kann sich auch um ein kleines nächstes Ziel handeln, durchaus auch um ein nicht berufsbezogenes.



Im zweiten Schritt werden den Jugendlichen eine Reihe an Ressourcen vorgeschlagen. Hierbei handelt es sich lediglich um Beispiele. Die Anzahl möglicher Ressourcen ist so groß, dass sie hier nicht vollständig abgebildet werden kann. Nutzer*innen können daher bei Bedarf über die Eingabeoption eigene Ressourcen ergänzen.

Im dritten Schritt wird den Jugendlichen die Übersicht über ihre Ressourcen im „Ressourcen-Rucksack“ präsentiert. Die Übersicht kann mit einem Kommentar versehen und mit Anderen geteilt werden.

MODERATION UND EINSATZMÖGLICHKEITEN

Die Übung endet nicht in einem Aha-Effekt, sondern ermöglicht im Prozess die Kommunikation darüber, was alles als Ressource aufgefasst werden kann. Entsprechend zielt die pädagogische Begleitung auf eine

größtmögliche Öffnung des Ressourcenverständnisses, sodass bis dato unbenannte Ressourcen als solche wahrgenommen, genutzt und gefördert werden können.

Im pädagogischen Einsatz der Übung kann es Jugendlichen helfen, wenn wir bewusst im ersten Schritt kein Berufsziel angeben, sondern etwas, das nichts mit Leistung zu tun hat, das aber als positiv erlebt wird, z.B.:

- *Was ist dein Ziel für das kommende Wochenende?*
- *Gibt es etwas Schönes, das du dir vorgenommen hast?*

Hier wird es Jugendlichen leichtfallen, zu ermitteln, was sie bereits haben, um eine schöne Zeit zu erleben und für was sie womöglich noch sorgen müssen.

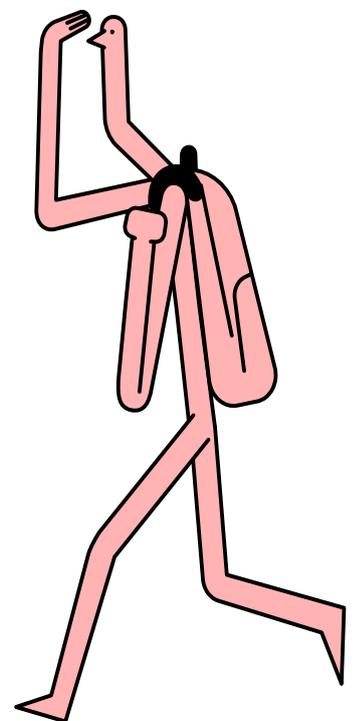
In weiteren Schritten kann die Übung dann auf berufliche Ziele erweitert werden.

In der Einzelberatung kann die Übung eingesetzt werden, um in wiederkehrenden Gesprächen in den Ressourcenrucksack zu schauen und zu ermitteln, ob eine Entwicklung stattgefunden hat oder auch als Bestärkung für Phasen der Überforderung.

In der Arbeit mit Gruppen kann die Übung auch eingesetzt werden, um mit einer Klasse zu ermitteln, welche Mittel zum Erreichen eines gemeinsamen Ziels innerhalb der Gruppe vorhanden sind und durch welches Handeln der Einzelpersonen die Potenziale der Gruppe zur Entfaltung kommen können

Sofern es die Gruppendynamik zulässt, können sich die Mitglieder gegenseitig wahrgenommene Ressourcen zusprechen.

So können Wertschätzung und Zusammenhalt geübt werden und der Blick auf Ressourcen des oder der einzelnen wird um eine Fremdeinschätzung erweitert.



*Sie haben weitere Anwendungsideen oder Erfahrungen?
Schreiben Sie uns: lernen@ueberaus.de*