



Curriculum für einen Trainingskurs zu transversalen Fähigkeiten und Softskills für Frauen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind – WhomeN Projekt

Projektnr: 2017-1-ES01-KA204-038221

Dauer: 25 Stunden / 5 Einheiten

1. Einleitung: Hintergrund und Gegenstand des Programms

Mit dem Curriculum für einen Trainingskurs zu transversalen Fähigkeiten und Softskills für Frauen, die von sozialer Ausgrenzung bedroht sind, wollen wir Frauen die Möglichkeit bieten, ihr Wissen und ihre Kompetenzen zu erweitern, um ihre Beschäftigungsmöglichkeiten und -fähigkeit zu verbessern.

Das Trainingsprogramm wurden im Rahmen des Erasmus+ Projektes „WhomeN“ durch entsprechende Experten der Partnerorganisationen entwickelt. Es beinhaltet eine Reihe von Methoden und Übungen zur Entwicklung und Stärkung transversaler Fähigkeiten und sozialer Kompetenzen und ist für Frauen mit geringeren Chancen und Möglichkeiten gedacht. Als Basis diente unter anderem ein Handbuch für die Selbsteinschätzung transversaler Fähigkeiten und sozialer Kompetenzen. Es berücksichtigt die europäischen Richtlinien für Bewertung und Anerkennung – ECVET and EQAVET. Alle Dokumente und Bewertungsinstrumente können unter folgendem Link eingesehen werden. [here](#).

2. Dauer des Trainings / Zielgruppe

Das Training ist für Präsenzphasen im Umfang von 25 Stunden angelegt. Es ist in 5 Präsenzphasen unterteilt und beinhaltet 8 Lerneinheiten zu transversalen Fähigkeiten sowie zu kultureller Verschiedenheit und Gleichheit unter den Geschlechtern.

Jede Präsenzphase geht über 5 Stunden und behandelt im Schnitt 3 Themenbereiche. Dabei erhalten die Teilnehmerinnen theoretisches Wissen zur Bedeutung der transversalen Fähigkeiten und sozialer Kompetenzen und werden in einem weiteren Schritt mittels praktischer Übungen bewusst die verschiedenen Kompetenzbereiche trainieren. Abhängig vom Bildungsstand und Sprachlevel der Teilnehmerinnen sollte ein Kurs maximal 15 Teilnehmerinnen haben.

Das Training ist für erwerbslose Frauen gedacht, die eine Arbeit suchen. Vor Trainingsbeginn sollte jede Teilnehmerin ihre Softskills mit Hilfe des im Projekt entwickelten Tools selbst einschätzen, um zu erfahren, wo ihre Stärken und Schwächen liegen und welche Kompetenzbereiche durch das Training gestärkt werden sollten. Anhand der Selbsteinschätzung und des entsprechenden Ergebnisses können die Frauen selbst entscheiden, ob sie am Training teilnehmen wollen.

Die Selbstevaluation wurde im Rahmen des Projekts “WHOMEN –Active Socio-occupational integration of Women at risk of social exclusion through the recognition of competences and learning soft skills in order to offer New professional opportunities at home society”.



3. Methodologie

Die Methodologie basiert auf den Prinzipien des Konstruktivismus¹. Menschen konstruieren ihr eigenes Verständnis und Wissen über die Welt anhand eigener Erfahrung und der Reflektion eben dieser Erfahrungen.

Der konstruktivistische Ansatz im Training führt zu unterschiedlichen Lehr-Lern-Methoden. Die Frauen werden ermutigt, aktiv mit aktuellen Situationen und Problemlagen zu arbeiten, um ihr Wissen zu erweitern und ihre Kompetenzen zu erhöhen. Dabei sollen sie ihre Erfahrungen bewusst reflektieren, darüber erzählen und erkennen, was sich wie ändern kann und was sie dafür benötigen.

Das Training beinhaltet Lerneinheiten zu transversalen Fähigkeiten sowie zu kultureller Verschiedenheit und Gleichheit unter den Geschlechtern. Es bietet Methoden und Übungen, um Kompetenzen festzustellen sowie sie zu stärken.

4. Aufbau des Kurses

Der Kurs ist wie folgt aufgebaut:

1. Einführung und Erläuterung von transversalen Fähigkeiten und entsprechenden Softskills
2. Umsetzung konkreter Übungen
3. Auswertung und Feedback – Was hat das Training den Frauen gebracht?

General structure of time and thematic units are:

Nr.	Dauer	Inhalt
1	1.5 h	Einführung in das Training/Hintergrund der Selbsteinschätzung der transversalen Fähigkeiten und Softskills
2	3.5 h	Kommunikationsfähigkeiten
3	2.5 h	Teamfähigkeit
4	1.5 h	kulturelle Verschiedenheit und Gleichheit unter den Geschlechtern
5	2.5 h	Soziale Kompetenzen
6	2,0 h	Flexibilität und Anpassungsfähigkeit
7	2.5 h	Verhandlungsfähigkeit
8	2,0 h	Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen
9	2,0 h	Problemlösekompetenz
10	2.5 h	Organisationsfähigkeit
11	2.5 h	Evaluation, Fragen, Feedback, Fazit zum Training Methode: Arbeit in Gruppen und Zusammenfassung zu den Softskills
gesamt:	25 Stunden	

¹ Educational Broadcasting Corporation (2004), workshop: *Contrustivism as a paradigm for teaching and learning*. At <https://www.thirteen.org/edonline/concept2class/constructivism/index.html>

Die Selbstevaluation wurde im Rahmen des Projekts “WHOMEN –Active Socio-occupational integration of Women at risk of social exclusion through the recognition of competences and learning soft skills in order to offer New professional opportunities at home society”.



Vorschlag Umsetzung / Kursplan zu den Softskills/thematischen Einheiten:













<p>1. Kurstag - 5 Stunden</p> <p>1. Einführung zu Training/ Hintergrund der Selbsteinschätzung der transversalen Fähigkeiten und Softskills (1.5 h) Kurze Präsentation des Projektes, des Selbsteinschätzungstools und der Ziele des Trainings</p> <p>Soft Skills: Communication</p> <p>2. Kommunikationsfähigkeit (3 h) Fazit, Evaluation, Fragen, Feedback (30 min.)</p>	<p>2. Kurstag - 5 Stunden</p> <p>Softskills: Kommunikationsfähigkeit and Teamfähigkeit</p> <p>Icebreaker zum Thema Kommunikationsfähigkeit (30 min.)</p> <p>3. Teamfähigkeit (2.5 h)</p> <p>4. kulturelle Verschiedenheit und Gleichheit unter den Geschlechtern (1.5 h) Fazit, Evaluation, Fragen, Feedback (30 min.)</p>
<p>3. Kurstag - 5 Stunden</p> <p>Softskills: Soziale Kompetenzen und Flexibilität</p> <p>Icebreaker zum Thema soziale Kompetenzen (30 min.)</p> <p>5. Soziale Kompetenzen (2 h)</p> <p>6. Flexibilität (2 h) Fazit, Evaluation, Fragen, Feedback (20 min.)</p>	<p>5. Kurstag - 5 Stunden</p> <p>Softskills: Problemlösekompetenz und Organisationsfähigkeit</p> <p>Icebreaker zum Thema Organisationsfähigkeit (30 min.)</p> <p>9. Problemlösekompetenz (2 h)</p> <p>10. Organisationsfähigkeit (2 h)</p>
<p>4. Kurstag - 5 Stunden</p> <p>Softskills: Verhandlungsfähigkeit und Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen</p> <p>Icebreaker zum Thema Verhandlungsfähigkeit (30 min.)</p> <p>7. Verhandlungsfähigkeit (2 h)</p> <p>8. Decision making (2 h) Fazit, Evaluation, Fragen, Feedback (20 min.)</p>	<p>11. Fazit zum Training (30 min.) Methode: Arbeit in Gruppen und Zusammenfassung zu den Softskills</p>

Die Selbstevaluation wurde im Rahmen des Projekts “WHOMEN –Active Socio-occupational integration of Women at risk of social exclusion through the recognition of competences and learning soft skills in order to offer New professional opportunities at home society”.









Struktur der Einheiten und Methoden²:

Nr.	Dauer	Einheit
1	1.5 h	Einführung zu Training/ Hintergrund der Selbsteinschätzung der transversalen Fähigkeiten und Softskills
2	3.5 h	Kommunikationsfähigkeit Methoden: <ul style="list-style-type: none">  Prisoner's dilemma  Rollenspiel  Training für Bewerbungsgespräche
3	2.5 h	Teamfähigkeit Methode: <ul style="list-style-type: none">  Meine Ziele
4	1.5 h	kulturelle Verschiedenheit und Gleichheit unter den Geschlechtern
5	2.5 h	Soziale Kompetenzen Methoden: <ul style="list-style-type: none">  Die 4-Felder-Methode  Training für Bewerbungsgespräche
6	2 h	Flexibilität/Anpassungsfähigkeit Methoden: <ul style="list-style-type: none">  Artist Methode  Methode von Loci
7	2.5 h	Verhandlungsfähigkeit Methoden: <ul style="list-style-type: none">  Argumentationstraining/Debattieren  Harvard-Methode
8	2 h	Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen Methoden: <ul style="list-style-type: none">  Mind map  Die Eisenhower matrix

² All methods of the training programme are available at WhomeN protocol: <https://whomen.eu/project-products/>

Die Selbstevaluation wurde im Rahmen des Projekts "WHOMEN –Active Socio-occupational integration of Women at risk of social exclusion through the recognition of competences and learning soft skills in order to offer New professional opportunities at home society".



Nr.	Dauer	Einheit
9	2 h	Problemlösekompetenz Methoden:  Thinking out of the box  Rollenspiel
10	2.5 h	Organisationsfähigkeit Methoden:  6-Denkende-Hüte  Analyse der Selbstkompetenzen / Personalentwicklung / Gruppenberatung
11	2.5 h	Evaluation, Fragen, Feedback, Fazit zum Training Methode: Arbeit in Gruppen und Zusammenfassung zu den Softskills
gesamt:	25 h	

Die Selbstevaluation wurde im Rahmen des Projekts “WHOMEN –Active Socio-occupational integration of Women at risk of social exclusion through the recognition of competences and learning soft skills in order to offer New professional opportunities at home society”.