

Ressourcen KIT

Life Skills - Kompetenzerwerb

EPALE Deutschland | März 2022



ÜBER DAS RESSOURCEN KIT

Die 7. Ausgabe des EPALE Ressourcen-Kit bietet einen Überblick über aktuelle Beiträge und Ressourcen, die sich mit den Themen Lebenskompetenzen und Erwerb praktischer Alltagskompetenzen in Zusammenhang mit Erwachsenenbildung auseinandersetzen und auf der EPALE-Plattform zur Verfügung stehen. Life Skills stellen wichtige Kompetenzen und Fertigkeiten dar, die eine aktive Teilhabe an der Gesellschaft ermöglichen. Sie tragen dazu bei, die individuelle Lebensqualität zu erhöhen und haben positive Auswirkungen auf die Gesellschaft als Ganzes.

Das Manifest der European Association for the Education of Adults (eaea) veröffentlichte die Facetten des Themas Life Skills / Alltags-/Lebenskompetenzen in dem Manifesto for Adult Learning in the 21st century, an dem sich auch die Beiträge in diesem Kit orientieren:

- Aktive Bürgerbeteiligung und Demokratie
- Gesundheit und Wohlfühlen
- Lebenskompetenzen für Individuen
- Sozialer Zusammenhalt, Gerechtigkeit und Gleichheit/Gleichberechtigung
- Beschäftigung und Arbeit
- Digitalisierung
- Migration und demografischer Wandel
- Nachhaltigkeit

Titelbild: Michael Burrows | Pexels

BLOGS

Life Skills – die neue Herausforderung für die Erwachsenenbildung?

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/life-skills-die-neue-herausforderung-fuer-die-erwachsenenbildung>

Gibt es eine eindeutige Definition von Life Skills? Der Blick auf verschiedene Definitionen und Kompetenz-Sets macht deutlich, dass es nicht die Life Skills gibt. Gerade die unterschiedliche Ausdeutung des Begriffs macht die Bildungsarbeit mit Erwachsenen anspruchsvoll, wenn es darum geht, Lernende im eigenen Kompetenzaufbau zu begleiten und zu unterstützen. Im Beitrag wird erörtert, welchen Herausforderungen Lehrende der EB/WB gegenüberstehen.



Bild: Kompetenz im Straßenverkehr | CC BY SA 3.0 von Lars Kilian, abrufbar im Blogbeitrag

Lebensaufgaben (und Kompetenzrahmen)

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/lebensaufgaben-und-kompetenzrahmen>

Der Rahmen für Schlüsselkompetenzen ist einer der bekanntesten Konzepte, um Arbeits- und Lebenskompetenzen zu definieren. Der Referenzrahmen zielt auf ein ganzheitliches Verständnis von Lehren und Lernen ab und fokussiert das lebenslange Lernen. Neben dem Rahmen für Schlüsselkompetenzen stellt der Blogbeitrag auch noch weitere Konzepte wie das Modell für Lebenskompetenzen oder den vielleicht umfassendsten Rahmen LifeComp vor. Der Beitrag wurde im Original von Regina Ebner auf Englisch veröffentlicht und für EPAL Deutschland übersetzt.

LifeComp: Kompetenzen für das Leben und Lernen in Zeiten des Wandels

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/lifecomp-kompetenzen-fuer-das-leben-und-lernen-zeiten-des-wandels>

Der Europäische Rahmen für persönliche, soziale und lernbezogene Schlüsselkompetenzen (LifeComp) und seine Bedeutung für die Erwachsenenbildung werden in dem Beitrag vorgestellt. Um angemessen auf die Veränderungen in einer sich wandelnden Gesellschaft und Lebensverhältnissen reagieren zu können, bedarf es übergreifende Kompetenzen, die unterschiedlichsten Zusammenhängen gerecht werden können.

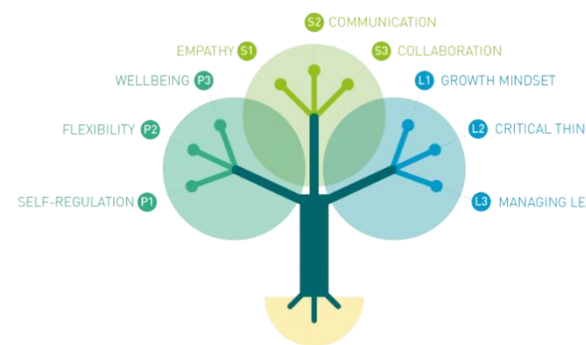


Bild: abrufbar unter [LifeComp \(europa.eu\)](https://epale.ec.europa.eu/de/blog/lifecomp-kompetenzen-fuer-das-leben-und-lernen-zeiten-des-wandels)

Informell erworbene Kompetenzen erkennen und fördern

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/informell-erworbene-kompetenzen-erkennen-und-foerdern>

Wie können informelle, nicht organisationsgebundene Kompetenzen sichtbar gemacht werden? Neben formellen und nicht-formellen Qualifikationen kommt auch informell erworbenen Kompetenzen im Zuge der Entwicklung der Arbeitswelt sowie des grünen und digitalen Wandels eine wichtige Bedeutung zu. In dem Zusammenhang stellt der Blogbeitrag das Projekt Upskilling4all vor. Es zielt auf die Förderung und Sichtbarmachung informell erworbener Kompetenzen – damit trägt es zu einer in die Zukunft gerichteten Weiterbildung bei. Die Projektdurchführung erfolgt in einem 3-stufigen Prozess: Erstens der Kompetenzanalyse, darauffolgend die Entwicklung maßgeschneiderter Lernangebote und anschließend der Durchführung der Weiterbildungsmaßnahmen.

Der „ProfilPASS zum Durchstarten“ für benachteiligte junge Erwachsene – eine neue Version des bewährten ProfilPASS

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/der-profilpass-zum-durchstarten-fuer-benachteiligte-junge-erwachsene-eine-neue-version-des>

Der ProfilPASS zum Durchstarten richtet sich an sogenannte NEETs (Not in Employment, Education or Training), also benachteiligte junge Erwachsene, die den (Wieder)Einstieg in



Bild: verfügbar im Blogbeitrag

Beschäftigung und Bildung suchen. Denn diese Zielgruppe muss in Bezug auf ihren Weg in ein Arbeits- oder Ausbildungsverhältnis eng begleitet und professionell beraten werden, um negative Langzeitfolgen zu vermeiden. Der „ProfilPASS zum Durchstarten“, der im Rahmen des EU-Projekts CORE "assessing COMpetences for REintegration" entwickelt wurde, unterstützt mit einem passenden Beratungsangebot die (Wieder-)Eingliederung der Zielgruppe NEETs.

Autobiografisches Schreiben - Das eigene Wort als Selbstreflexions- und Persönlichkeitsentwicklungstool

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/autobiografisches-schreiben-das-eigene-wort-als-selbstreflexions-und>

Biografisches Schreiben liegt seit einigen Jahren im Trend. Dabei steht aber nicht nur die Selbstvermarktung von Prominenten im Fokus, sondern auch die Lebensgeschichten von Menschen, die nicht im Rampenlicht stehen. Biografisches Schreiben kann als Werkzeug zur Selbstreflexion und Persönlichkeitsentwicklung genutzt werden. Deswegen wird es beispielsweise in der sozialen Arbeit eingesetzt, um schwierige Lebensphasen zu verarbeiten. Im vorliegenden Beitrag kommt Anouchka Nyssen im Interview zu Wort. Sie ist Biografin und Schreibworkshopleiterin in Belgien.

MONETTO – spielend den täglichen Umgang mit Geld erlernen

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/monetto-spielend-den-taeglichen-umgang-mit-geld-erlernen>

Finanzielle Praktiken und finanzielles Wissen gewinnen im Alltag zunehmend an Bedeutung. Verschuldung, unsichere Beschäftigungsverhältnisse oder der Bedarf an privater Altersvorsorge erfordern vor dem Hintergrund von Globalisierung und Digitalisierung die stetige Entwicklung und Erweiterung von Kompetenzen und Wissen im finanziellen Bereich. Monika Tröster und Beate Bowien-Jansen vom Deutschen Institut für Erwachsenenbildung – Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V., stellen im Blogbeitrag das neu entwickelte Lernspiel „MONETTO“ für die Finanzielle Grundbildung vor.



Bild: Spielmaterial MONETTO – Das Spiel rund ums Geld, abrufbar im Blogbeitrag

Eine Win-Win-Strategie in der Erwachsenenbildung: Entwicklung digitaler Kompetenzen zur Förderung der finanziellen Allgemeinbildung von Senioren

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/eine-win-win-strategie-der-erwachsenenbildung-entwicklung-digitaler-kompetenzen-zur-foerderung>

Finanzkompetenz basiert im Wesentlichen auf dem Aufbau von Grundkompetenzen im Bereich Wirtschaft, Statistik und Kalkulation und der Fähigkeit, diese Kompetenzen bei finanziellen Entscheidungen zu nutzen. Aus weltweiten Forschungsergebnissen geht hervor, dass die Bevölkerung mit der Zunahme ihrer Finanzkompetenz auch bessere Entscheidungen trifft, was das Anlegen von Sparplänen oder die Aufnahme von Krediten anbelangt, und auch mit größerer Wahrscheinlichkeit Planungen für den Ruhestand vornimmt.

Ressourcen

Leitfaden für TrainerInnen: Digitale Alltagskompetenzen vermitteln

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/leitfaden-fuer-trainerinnen-digitale-alltagskompetenzen-vermitteln>

Mit einer offenen Bildungsressource unterstützt die Servicestelle für Bildungseinrichtungen „Digitale SeniorInnen“ Lehrende. Der Leitfaden für TrainerInnen, fasst Informationen, Tipps und Materialien zusammen, mit denen SeniorInnen in ihren digitalen Alltagskompetenzen gestärkt werden sollen. Infoblätter, Broschüren, Videos oder hilfreiche Links stehen den TrainerInnen dafür zur Verfügung.

Methodenkoffer: Zugänge älterer Menschen in die digitale Welt gestalten

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/methodenkoffer-zugaenge-aelterer-menschen-die-digitale-welt-gestalten>

Im Rahmen der Arbeitsgruppe des Forum Seniorenarbeit NRW ist ein Methodenkoffer gepackt worden, der ältere Menschen bei der (digitalen) Mediennutzung unterstützen soll. Damit sollen die Fragen: „Wie kann die Medienkompetenz älterer Menschen gefördert werden?“ und „Wie können Mitwirkende in der Seniorenarbeit Lernangebote ansprechend und zielgruppengerecht gestalten?“ beantwortet werden. Der Methodenkoffer mit seinem 37 Methoden richtet sich vor allem an Lehrende und Ehrenamtler*innen, die ältere Nutzer*innen unterstützen möchten.



Bild: Koffer von Couleur auf pixabay

Medienkompetenz von Erwachsenenbildner/innen – So definiert die wba Medienkompetenz

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/medienkompetenz-von-erwachsenenbildnerinnen-so-definiert-die-wba>

Die Weiterbildungsakademie Österreich (wba) hat Medienkompetenz definiert. Dafür wurde interdisziplinär gearbeitet, um sie maßgeschneidert für

Erwachsenenbildner*innen in Training und Management anzubieten. Für die wba sind zwei Merkmale entscheidend: Die Medienkompetenz besteht sowohl aus Anwendung als aus Reflexion und umfasst sowohl klassische Medien als auch elektronische und internetbasierte Medien.



Bild: Medienkompetenz, von geralt auf pixabay

Kompetenzanerkennung und Validierungspraxis in der Erwachsenen- und Weiterbildung. Theoretische Bezüge und empirische Befunde

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/kompetenzanerkennung-und-validierungspraxis-der-erwachsenen-und>

Eine wissenschaftliche Begleitstudie an der Weiterbildungsakademie Österreich (wba) liefert Informationen über den Zusammenhang von Professionalisierung und Kompetenzvalidierung. Vielfach sind Lehrende in der Erwachsenen- und Weiterbildung sehr erfahren in ihrem Fachbereich, verfügen aber über keinen offiziellen Berufsabschluss in der Lehre und können demnach ihre Expertise nicht nachweisen. Um ihre eigenen Kompetenzen anerkennen zu lassen, eignen sich Validierungs- und Anerkennungsverfahren. Die Studie beschäftigt sich mit der Frage, wie die Qualität solcher Prüfverfahren gesichert werden kann.

CORE-Toolkit - Methodenkoffer zur Beratung von NEETs

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/core-toolkit-methodenkoffer-zur-beratung-von-neets>

Passend zum ProfilPASS zum Durchstarten ist das CORE-Toolkit erarbeitet und veröffentlicht worden: Das CORE-Toolkit umfasst 18 Instrumente zur Kompetenzerfassung und Berufsorientierung aus verschiedenen Ländern mit unterschiedlichen methodischen und inhaltlichen Schwerpunkten. Daneben umfasst es Handbücher, Leitfäden und Lernmaterialien, die dem Empowerment und Kompetenzerwerb dienen. Mit dieser Ausstattung eignet sich das Toolkit besonders für die Arbeit mit jungen Erwachsenen, die sich weder in (Aus-)Bildung noch in Beschäftigung befinden (NEETs).

GRUBISO-Lernmaterialien für die Alphabetisierung und Grundbildung

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/grubiso-lernmaterialien-fuer-die-alphabetisierung-und-grundbildung>

Das Projekt "Grundbildung im Sozialraum" (GRUBISO) hat Lernmaterialien zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung herausgebracht. In den verschiedenen Kategorien Ernährung, Einkaufen und Alltag & Finanzen werden Themen behandelt, mit denen alle Teilnehmenden etwas anfangen können und die an ihre Lebenswelten anknüpfen. Damit werden einfache Gesprächsanlässe geschaffen und die Lernenden sind selbst motiviert, sich dem Lerngegenstand zu öffnen.



Bild: Medienkompetenz, von geralt auf pixabay

Achtsamkeit und Wissensvermittlung

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/achtsamkeitstraining-und-wissensvermittlung>

Das Erasmus+ Projekt „Achtsamkeit in der Erwachsenenbildung“ hat eine Fortbildung unter dem Titel „Achtsamkeitstraining und Wissensermittlung“ erarbeitet. Das Projekt von LernSINN erlebBAR e. V. vereint grundlegende Aspekte der Achtsamkeit mit Methoden, diese in der Bildungsarbeit zu nutzen. Diese Methoden sind zum Beispiel aktives Zuhören, gewaltfreie Kommunikation und die vier Seiten einer Nachricht nach Schulz von Thun. Diese Themen, vor allem durch stetes Üben in Kleingruppen, unterstützen in der Entwicklung von Selbstmanagementkompetenzen.

Gesundheitskompetenz von Menschen mit Migrationshintergrund

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/gesundheitskompetenz-von-menschen-mit-migrationshintergrund>

Die vorgestellte Studie befasst sich mit den Perspektiven und Erfahrungen von türkisch- und russischsprachigen Frauen der mittleren Generation auf das Thema Gesundheitskompetenz und Migration. Sie ist eine Antwort auf den Mangel an differenzierten Erkenntnissen zur Gesundheitskompetenz von Menschen mit Migrationshintergrund. Ergebnisse aus diesem bislang wenig erforschten Gebiet zeigen, dass diesen der Umgang mit gesundheitsrelevanter Information schwerer fällt und sie eine weniger ausgeprägte Gesundheitskompetenz haben als die Allgemeinbevölkerung.

Über Geld spricht man doch – in allen Lebensphasen

<https://epale.ec.europa.eu/de/resource-centre/content/ueber-geld-spricht-man-doch-alten-lebensphasen>

Das Netzwerk Finanzkompetenz NRW hat unter dem Titel „Finanzkompetenz im Alter werden. Über Geld spricht man doch – in allen Lebensphasen“ ein Praxishandbuch mit umfassendem Schulungsmaterial für Multiplikator*innen erstellt. Mit der Veröffentlichung sollen Menschen im Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand für Veränderungen in ihrem Haushaltsbudget sensibilisiert werden. Im Praxishandbuch werden konkrete Handlungsoptionen aufgezeigt und Tipps sowie methodische Vorschläge gemacht. Das Material steht kostenfrei als PDF-Dokument zur Verfügung.

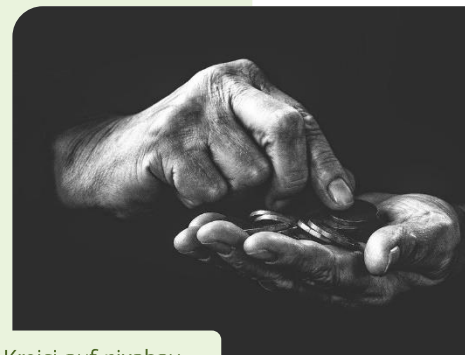


Bild: Frantisek_Krejci auf pixabay



Das Ressourcen KIT „Life Skills – Kompetenzerwerb“ von EPAL
Deutschland ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung 4.0
International Lizenz](#).

Die verlinkten Blogbeiträge, Ressourcen und Fotos stehen unter eigenen Lizenzen.
Bitte vor dem Verwenden prüfen.

Impressum:

Nationale Agentur Bildung für Europa beim
Bundesinstitut für Berufsbildung (NA beim BIBB)
Nationale Koordinierungsstelle EPAL
53175 Bonn
Fon: +49 (0)228 / 107 1676
Fax: +49 (0)228 / 107 2964
www.na-bibb.de
<https://epale.ec.europa.eu/de>

Redaktion:

Deutsches Institut für
Erwachsenenbildung Leibniz Institut
für Lebenslanges Lernen

Gestaltung:

Nationale Koordinierungsstelle EPAL
in Deutschland