

Ein zertifizierter Lehrgang nach



**Selbstmanagement  
von Kompetenzen  
Zertifikat CH-Q 1**

## Selbstmanagement von Kompetenzen

### Inhalt

Was	Seite
CH-Q Kompetenz-Management System	3
Zielgruppe	4
Kursziele	4
Vorgehen / Methoden / Individueller Nutzen	5
Arbeitsweise	6
Kursprofil / Anerkennung / Zertifikat	7
Kursinhalte / Themen	8 - 9
Kursorganisation	10

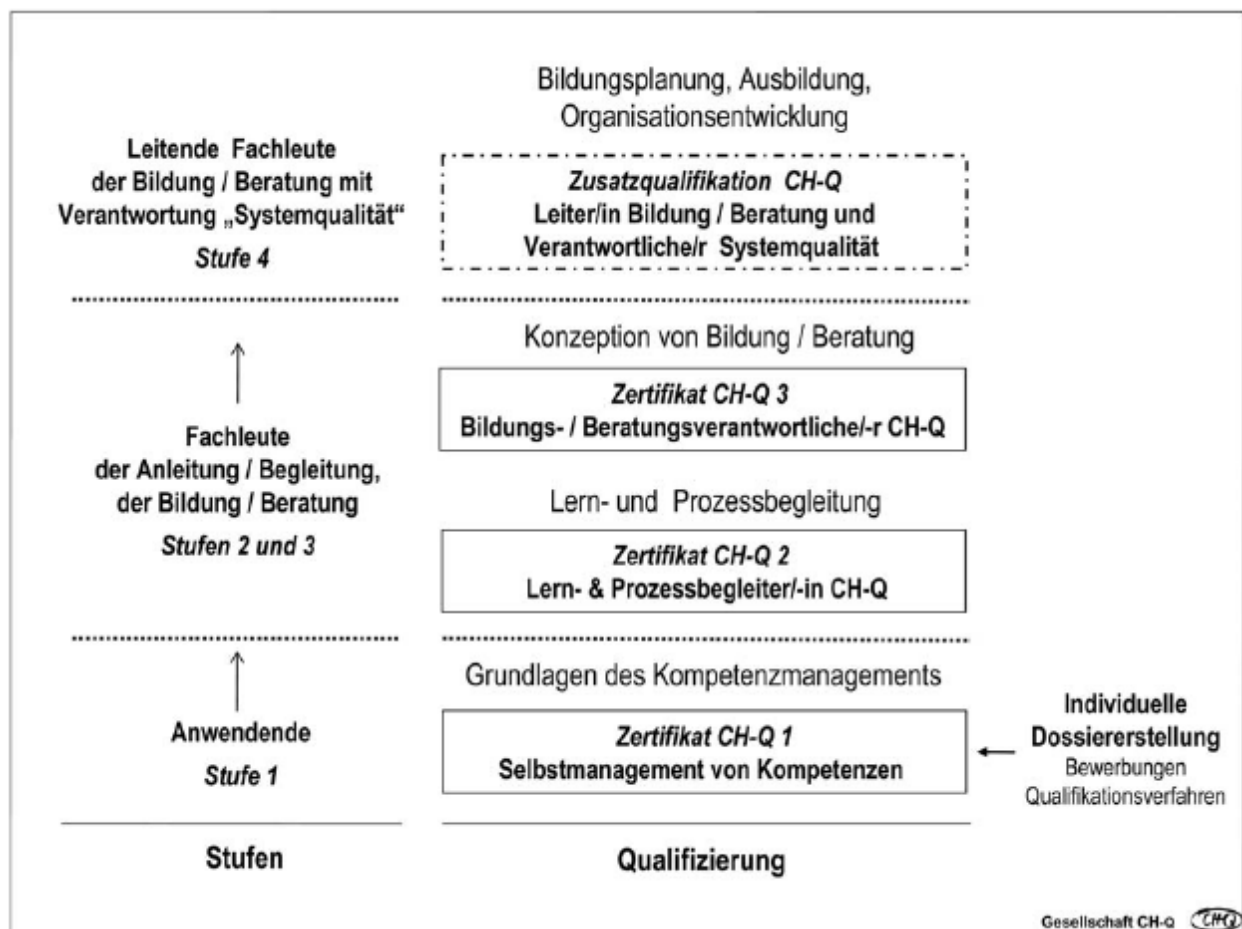
## Selbstmanagement von Kompetenzen

### Der Kurs

### Das CH-Q Kompetenz-Management System

Das CH-Q Kompetenz-Management System ist ein offenes und flexibles Gesamtkonzept zum eigenverantwortlichen und nachhaltigen Umgang mit Kompetenzen.

Im Vordergrund steht die Befähigung von Einzelpersonen oder Gruppen als Anwender/innen zur nutzbringenden Optimierung vorhandener Stärken und ihre Umsetzung in Qualifikationen. Aufgabe dabei ist es, die persönliche Identität zu festigen, die vorhandenen Stärken praxisnah in Einklang zu bringen mit den Anforderungen und Veränderungen in der Ausbildung und auf dem Arbeitsmarkt, sowie den Transfer individueller Kompetenzen zwischen Privatalltag, Bildung und Erwerbstätigkeit zu unterstützen.



## **Selbstmanagement von Kompetenzen**

### **Zielgruppe**

Der Kurs richtet sich einerseits an Personen, die an den Schnittstellen

- Schule – Bildung - Beruf
  - Nichterwerbstätigkeit - Erwerbstätigkeit oder
  - Wiedereinstieg
- das Selbstmanagement von Kompetenzen erlernen und nutzen wollen

Andererseits sind Personen im Erwerbsleben angesprochen.

### **Kursziele**

Der Kurs befähigt die Teilnehmenden

- auf den Grundlagen des Programms CH-Q Kompetenzmanagement eine Standortbestimmung im Hinblick auf die eigene Laufbahngestaltung vorzunehmen.
- ihre Weichenstellung in Übereinstimmung mit ihrem persönlichen Kompetenzprofil und den externen Anforderungen zu planen und abzustimmen.

Die Kursteilnehmenden können

- ihre Fähigkeiten, Kompetenzen und Qualifikationen systematisch erfassen, einschätzen und nachvollziehbar dokumentieren
- aus den einzelnen Lernschritten wesentliche persönliche Stärken und Kompetenzen ableiten
- ihr Dossier zum Kompetenznachweis zielorientiert erarbeiten und dabei ihr persönliches Profil mit dem vorgegebenen Anforderungsprofil in Übereinstimmung bringen
- Massnahmen für die konkrete Realisierung des Laufbahnschrittes planen
- das Management ihrer Kompetenzen anhand des Portfolio-Instrumentariums eigenverantwortlich und nachhaltig anwenden

## Selbstmanagement von Kompetenzen

### Individueller Nutzen

- **Ziele des Lernprozesse:**
  - Vertrauen in die eigenen Kräfte gewinnen
  - Lücken erkennen
  - Perspektiven erarbeiten und Ziele festlegen
  - Mut finden, den eigenen Weg zu gehen
  
- **Persönlicher Gewinn:**
  - Erhöhung der beruflichen und persönlichen Flexibilität
  - Umsetzen persönlicher Stärken in Qualifikationen
  - Ressourcenorientierte Laufbahntscheide

...von der Optimierung  
vorhandener Stärken

➔ zum zielgerichteten Transfer  
von Kompetenzen

### ● Vorgehen / Methoden



Anita Calonder Gerster, Sommer 2006

Gesellschaft CH-Q 

## Selbstmanagement von Kompetenzen

Zu jedem Themenbereich gehört die **Handlungskompetenz**. Sie weist die Leistungen und die Qualität des Handelns nach. Leistungen sind Aussagen über die Erfüllung von Aufgaben, egal ob anspruchsvolle oder einfache.

Die Beschreibung der Handlungskompetenz verlangt folgende **Inhalte**:

- *Erfassen*: vorhandene Ressourcen sichtbar und bewusst machen
- *Beurteilen*: Fähigkeiten hinterfragen, einschätzen, evaluieren sowie Kompetenzen ein-stufen und selbst bewerten
- *Nachweisen*: Kompetenzen in Beziehung zu Anforderungen setzen (Übertragbarkeit) und - falls gewünscht - Qualifikationen erlangen durch formelle, bzw. offizielle, amtliche Anerkennung/Validierung,

und schliesst folgendes **Vorgehen** ein:

- *Dokumentieren*: Systematisches Festhalten, Zusammenstellen, Ordnen der Daten und Fakten
- *Reflektieren*: Periodisches Überdenken der Entwicklungsschritte, d.h. Lern-, Berufs- und Lebenssituationen auswerten, Schlussfolgerungen ableiten
- *Realisieren*: Lösungsorientiertes Umsetzen, d.h. Weichenstellungen situationsgerecht planen und verwirklichen.

## Arbeitsweise

Der Unterricht ist handlungs- und erkenntnisorientiert aufgebaut. Das bedeutet, dass Eigenverantwortung und Nachhaltigkeit gezielt gefördert werden, damit die Teilnehmenden daraus Erkenntnisse für die Praxis ziehen können.

Gruppen- und Einzelarbeiten, Selbststudium, Arbeit im Plenum, Diskussionen und Präsentationen unterstützen und fördern den Lernprozess.

## Voraussetzungen

Grundsätzlich ist die Teilnahme nicht an bestimmte schulische Voraussetzungen gebunden.

Die Teilnehmenden müssen jedoch

- bereit sein, zu einer offenen Auseinandersetzung mit den eigenen Kompetenzen und Möglichkeiten
- die dafür notwendige Zeit dazu investieren
- das Management ihrer Kompetenzen als ein längerfristiges Ziel zu betrachten

## Selbstmanagement von Kompetenzen

### Kursprofil

Kursinhalt	Themen	Lektionen
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagen und Methoden / Lernbiographien erstellen</li> <li>• Tätigkeiten analysieren und Leistungen nachweisen</li> <li>• Erstellung des persönlichen Profils</li> <li>• Erstellen eines spezifischen Dossiers, z.B. Bewerbung</li> <li>• Lernerfahrungen reflektieren und beschreiben</li> <li>• Fehlende Nachweise einholen, vorhandene zusammenstellen, ablegen</li> </ul>	<p>4 L</p> <p>4 L</p> <p>4 L</p> <p>4 L</p> <p>4 L</p> <p>4 L</p>
	<b>TOTAL</b>	<b>24 L</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Betreuung von Einzelpersonen</li> <li>• Transferaufgaben im Selbststudium (individueller Zeitbedarf)</li> </ul>	ca. 20 Stunden
Kursdauer	6 Abende zu je 4 Lektionen (verteilt auf mindestens 6-8 Wochen)	
Kurstage	Dienstag                      oder                      Samstag	
Kurszeiten	17.45h – 21.00h                      08:15h – 11:30h	
Kursgeld	Ganzer Lehrgang (total ca. 24 Lektionen)	Fr 870,--
	Inklusive - Auslagen für Lehrmittel - Kosten des Zertifikats	
Zertifikat	Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreichem Kompetenznachweis durch die Gesellschaft CH-Q das Zertifikat CH-Q 1 (Selbstmanagement von Kompetenzen)	

## Kursinhalte

Kurstag	Fächer	Inhalte
1	Grundlagen und Methoden  Teilnehmerbedürfnisse  Lernbiographien erstellen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgangslage definieren</li> <li>• Situationsanalyse</li> <li>• Würdigung der geleisteten Vorarbeiten (Erhebung Ist-Zustand)</li> <li>• Teilnehmervereinbarung: wie wollen wir zusammen arbeiten, welche Ziele wollen wir erreichen</li> <li>• Wie erstelle ich meine Lernbiographie</li> <li>• Welche Schritte sind dabei zu beachten</li> <li>• Welche Nachweise kann ich bringen</li> <li>• Wie erstelle ich mein Stärken- / Schwächenprofil</li> </ul>
2	Tätigkeiten analysieren und Leistungen nachweisen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie gewinne ich den Überblick über bereits vorhandene Dokumente</li> <li>• Wie gehe ich beim Erfassen von persönlichen Daten meiner Biographie vor</li> <li>• Welche Hilfsmittel stehen mir zur Verfügung</li> <li>• Wie kann ich die verschiedenen Lebens- und Lernschritte unter dem Aspekt der Ganzheitlichkeit logisch verknüpfen</li> <li>• Wie gehe ich bei der Selbstbeurteilung meiner Lebens- und Lernbiographie vor</li> <li>• Welche Lernerfahrungen lassen sich daraus ableiten</li> </ul>
3	Erstellung eines persönlichen Profils	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ziele und Inhalte der persönlichen Arbeit</li> <li>• Grundsätzliches Vorgehen unter den Aspekten „Werdegang, Potentialerfassungen, Persönliches Profil“</li> <li>• Strukturierte Vorgehensweise in den verschiedenen Modulen des Lehrmittels</li> <li>• Transferaufgaben zur Bearbeitung der einzelnen Module und daraus resultierender Erkenntnisse</li> </ul>

## Selbstmanagement von Kompetenzen

### Kursinhalte

<b>Kurstag</b>	<b>Fächer</b>	<b>Inhalte</b>
4	Erstellen eines spezifischen Dossiers (z.B. Bewerbung)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf was muss ich bei der Zusammenstellung der Dokumente achten</li> <li>• Welche organisatorischen Massnahmen muss ich treffen, um nichts zu vergessen</li> <li>• Wie gestalte ich die Dokumentation / das Dossier</li> <li>• Nach welchen Gesichtspunkten stelle ich die Arbeitsblätter zusammen</li> <li>• Wie gehe ich bei der Zusammenstellung und Nachforderung von Nachweisblättern vor</li> </ul>
5	Lernerfahrungen reflektieren und beschreiben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie läuft der Prozess der Reflexion von Lernerfahrungen ab</li> <li>• Welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus ziehen</li> <li>• Welche Ziele und/oder Zielveränderungen ergeben sich daraus</li> <li>• Wie definiere ich das weitere Vorgehen</li> <li>• Wie erstelle und kontrolliere ich den Aktionsplan</li> </ul>
6	Fehlende Nachweise einholen, vorhandene zusammen stellen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie identifiziere ich notwendige Nachweise von Lebensetappen, Tätigkeiten / Leistungen</li> <li>• Wie erstelle ich eine Übersicht von fehlenden Nachweisen</li> <li>• Wie gehe ich bei der Zusammenstellung vorhandener Nachweise vor</li> <li>• Wie klassifiziere und verknüpfe ich die Nachweise mit den entsprechenden Lebens- und Lernschritten</li> </ul>

## **Selbstmanagement von Kompetenzen**

### **Kursorganisation**

#### **Teilnehmerzahl**

Eine Gruppe zu maximal 15 Personen

#### **Kursort**

Entnehmen Sie bitte den aktuellen Kursinformationen

#### **Kursleistungen**

- 24 Lektionen Präsenzzeit
- Fachbezogene Kursunterlagen: Begleitordner zum CH-Q-Kompetenzmanagement
- Zertifikat  
Folgende Kompetenznachweise müssen zur Zertifikatserteilung erbracht sein:
  - Erstellen des Begleitordners zum Kompetenzmanagement
  - Erstellen von Dossiers, bezogen auf ein externes Anforderungsprofil
  - Reflexion von Lernprozessen
- Zertifikatsapero

#### **Infoabend**

Zeitpunkt und Ort entnehmen Sie bitte den aktuellen Kursinformationen

#### **Lehrgangsleitung**

Hans-Joachim Mathar, Bildungs- und Beratungsverantwortlicher CH-Q 3  
dipl. TQM-Coach SAQ®; EOQ-TQM-Leader; Business Excellence Assessor EFQM;

#### **Anmeldung**

##### **TRIOLOGUE®**

Hans-Joachim Mathar

Tel.: 041 780 58 47

NATEL: 079 340 86 47

E-Mail: [info@trialogue.ch](mailto:info@trialogue.ch)

URL: [www.trialogue.ch](http://www.trialogue.ch)