

Instruktion: Reflexionsprotokoll für das Anerkennungsverfahren „Reflektiertes Ehrenamt“

Aufgabenstellung

Verfassen Sie ein Reflexionsprotokoll von mind. 5 Seiten über den Erwerb von Schlüsselkompetenzen im Verlauf Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit.

Es kommt nicht darauf an, dass Sie eine Erfolgsgeschichte erzählen können, sondern es geht vor allem auch darum

- die kritischen Situationen, die eine echte Herausforderung für Sie waren,
- die Anforderungen, denen Sie nicht gerecht werden konnten und
- den eigenen (ggf. noch immer vorhandenen) Entwicklungsbedarf

unter die Lupe zu nehmen.

Bei der Bearbeitung ist keine Vollständigkeit erforderlich – im Gegenteil: Erlauben Sie sich, nur eine oder einige wenige Situationen intensiver zu reflektieren.

Halten Sie sich bitte bei der Formatierung des Dokuments an die Vorgaben der Hochschule. Gern nutzen Sie unsere Word-Vorlage. Senden Sie mir das Protokoll bis spätestens drei Tage vor dem vereinbarten Prüfungsgespräch zu: babett.nimschowski@hs-mittweida.de

Gliederung des Protokolls

1. Beschreibung der Tätigkeit (Umfang: max. ½ Seite)

- Ihre Aufgaben
- Ihre Rolle bzw. Funktion
- Ihr Zeitaufwand

2. Erläuterung der Motivation für Ihre ehrenamtliche Tätigkeit (Umfang: ½ Seite)

- ursprüngliche Motivation, das Ehrenamt zu übernehmen
- ggf. Veränderung der Motivation im Verlauf der Tätigkeit

3. Reflexion über den Erwerb von Schlüsselkompetenzen (Umfang: 3 Seiten)

(a) Selbstwahrnehmung: Was haben Sie für Handlungskompetenzen und/oder personale Kompetenzen dazu gelernt?

- rhetorische Fähigkeiten und Präsentationsverhalten
- Techniken und Haltungen in der Gesprächsführung
- Organisationsfähigkeiten, Umgang mit quantitativer Überforderung
- Möglichkeiten der Bewältigung von zugespitzten Situationen
- Selbstsicherheit, Umgang mit Ängsten
- Empathievermögen, u.a.

(b) Fremdwahrnehmung: Woran haben andere bemerkt, dass Sie ggf. eine Veränderung vollzogen haben?

4. Persönliches Fazit (Umfang: 1 Seite)

- Wenn Sie das Ehrenamt noch einmal übernehmen könnten, was würden Sie anders machen?
- Was ist Ihnen für Ihre weitere Tätigkeit (nach dem Studium) wichtig?