



Bäume und Äpfel - woher komme ich und was sind meine Fähigkeiten und Kenntnisse?

Die Übung "Bäume und Äpfel" besteht aus zwei Schritten:

Schritt 1: Die Teilnehmenden zeichnen ihren Lebensweg als Baum: wo sind die Wurzeln, wie sieht der Stamm und die Äste aus, was haben die Teilnehmenden in ihrem Leben gelernt und getan, wo und in welche Richtung möchten sie in Zukunft wachsen? Die Teilnehmenden können den Baum beschriften und Stichworte, Daten und Orte hinzufügen.

Schritt 2: Die Teilnehmenden können ihren eigenen Baum mit apfelartigen Karten vervollständigen. Auf den Äpfeln stehen verschiedene positive Eigenschaften, die eine Person als Arbeitnehmer:in haben kann. Beispiele: „Ich bin sozial“, „Ich bin flexibel“ und „Ich bin ein guter Teamplayer“ usw. Die Teilnehmenden wählen die Äpfel aus, die sie am besten beschreiben.

Warum ist das nötig?

Diese Übung kann zu Beginn eines Gruppenbildungsprozesses eingesetzt werden, um sich ein Bild über den (beruflichen) Lebensweg der Teilnehmenden, aber auch über den familiären Hintergrund zu machen. Auch kann diese Methode helfen, Teilnehmende auf Vorstellungsgespräche vorzubereiten.

Materialien:

- A4 Papier and Stifte
- Vorgefertigte Apfelkarten, auf denen verschiedene Stärken vermerkt sind, es können auch leere Karten hinzugelegt werden, sodass die Teilnehmenden ihre eigenen Ideen aufschreiben können.





Zu erwartende Ergebnisse:

- Die Leitenden der Übung erhalten einen Überblick über den (beruflichen) Lebensweg und den familiären Hintergrund der Teilnehmenden.
- Vorhandene Kompetenzen und Interessen können benannt und es kann über die Entwicklung der eigenen Stärken gesprochen und reflektiert werden.
- Die Übung unterstützt die Teilnehmenden ein positives Selbstbild aufzubauen.
- Das Erarbeiten des Baumes und der Apfelkarten unterstützt die Teilnehmenden einen Überblick über ihren beruflichen Werdegang zu erhalten und gibt Impulse für die Arbeitssuche.
- Anhand der Apfelkarten kann man über Situationen im Arbeitsleben sprechen, in denen die entsprechenden Stärken nötig sind.
- Ebenso kann die Übung dabei helfen, verborgene Potenziale der Teilnehmenden zu erkennen

Hinweise:

- Es sollte genügend Zeit für die Gespräche zu den Bäumen und Äpfeln eingeplant werden.
- Die Apfelkarten können im Nachgang auch zur Evaluierung durch die Gruppe verwendet werden, z.B. können Teilnehmende entsprechende Äpfel den Vortragenden zuordnen, umso noch einmal Wertschätzung und Motivation positiv nachwirken zu lassen.

Quelle: [Empowering Migrants for Employment EME](#) (FIN)



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union