



# LDSKILLS 4 YOU

## USER GUIDE

Projekt Nr. 2021-2-AT01-KA220-YOU-000049455

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der OeAD-GmbH wider. Weder die Europäische Union noch die OeAD-GmbH können dafür verantwortlich gemacht werden.



Co-funded by  
the European Union

# Inhaltsverzeichnis



## Einführung

Was sind Life Design Skills und was sind ihr Zweck? 3

WARUM das LDSkills4YOU Tool nutzen? 4

## LDSkills4YOU Tool Guide

Kurzanleitung 5

Zugang 6

Skill Module 7

Skill Lessons 8

## LDSkills4YOU Zielgruppengerichtete Guides

Selbstnutzung JUGEND 15

Lehrende / Trainer\*innen / Coaches

GRUPPE 16

Lehrende / Trainer\*innen / Coaches

EINZELCOACHING 17

Zusammenfassung 18



<b>Projektname</b>	<b>Life Design Skills 4 You</b>
<b>Projektnummer</b>	2021-2-AT01-KA220-YOU-000049455
<b>Verfasser des User Guides</b>	Civil Centrum Közhasznú Alapítvány
<b>Projektkoordinator</b>	ibis Acam Bildungs GmbH
<b>Projektpartner</b>	Civil Centrum Közhasznú Alapítvány
	Pistes Solidaires
	Consultoría de Innovación Social



pistes solidaires

# Was sind Life Design Skills und was sind ihr Zweck?



Life Design Skills beziehen sich auf eine Reihe von Fähigkeiten und Eigenschaften, die jungen Menschen helfen, ihr Leben zielgerichtet und erfüllend zu führen und zu gestalten. Diese Fähigkeiten sind wesentlich für die persönliche Entwicklung, den beruflichen Erfolg und das allgemeine Wohlbefinden.

Diese Fähigkeiten ermöglichen es dem/der Einzelnen, ein zielgerichtetes, erfülltes Leben zu gestalten und zu führen. Die Entwicklung und Vertiefung dieser Fähigkeiten kann zu persönlichem Wachstum, beruflichem Erfolg und einem Gefühl der Erfüllung in verschiedenen Bereichen des Lebens beitragen.

Laut WHO sind Life Skills "eine Gruppe von psychosozialen Kompetenzen und zwischenmenschlichen Fähigkeiten, die den Menschen helfen, fundierte Entscheidungen zu treffen, Probleme zu lösen, kritisch und kreativ zu denken, effektiv zu kommunizieren, gesunde Beziehungen aufzubauen, sich in andere einzufühlen und ihr Leben gesund und produktiv zu gestalten".



# WARUM das LDSkills4YOU Tool nutzen?

**Dieses Tool wurde speziell für die Bedürfnisse junger Menschen entwickelt und macht sie zu den DESIGNER\*INNEN ihres selbstbestimmten Lebens.**

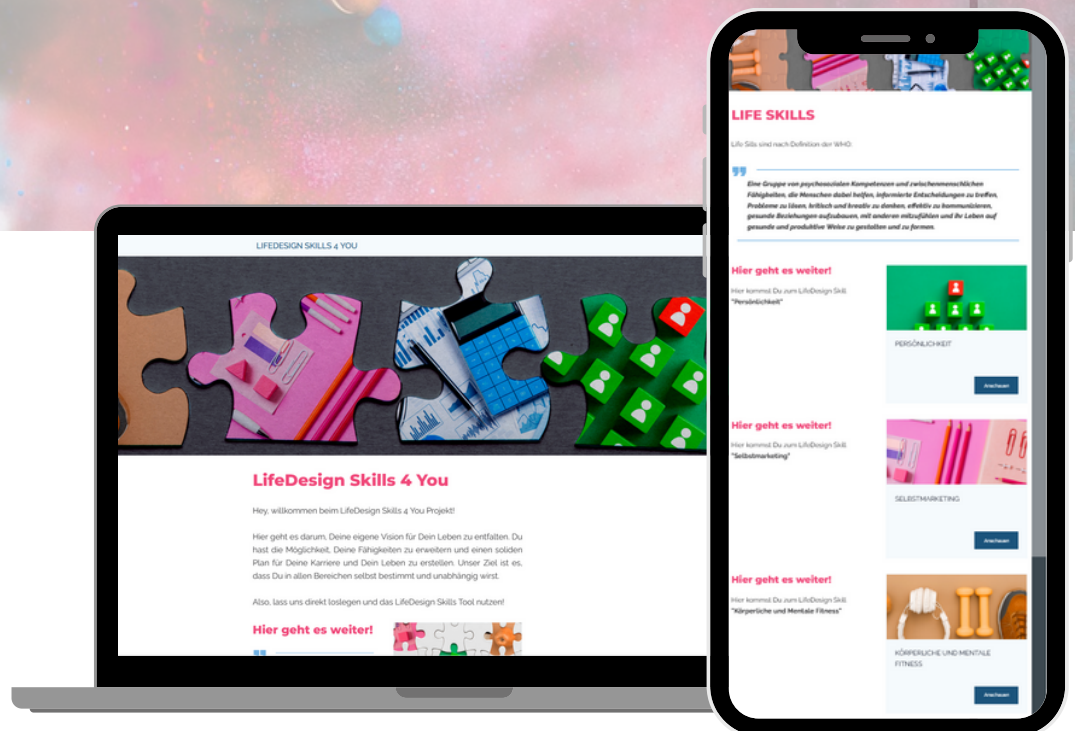
Die Nutzung einer Online-Plattform für Life Design Skills kann für Personen, die sich persönlich und beruflich weiterentwickeln wollen, mehrere Vorteile bieten. Hier sind einige mögliche Vorteile, die wir uns vorstellen können:

1. **Strukturierte Anleitung:** Das Tool bietet eine strukturierte Anleitung mit schrittweisen Prozessen und Rahmenvorgaben, die dabei helfen, die eigenen Ziele, Werte und Bestrebungen zu identifizieren.
2. **Selbstgesteuertes Lernen:** Das Tool ermöglicht es, im eigenen Tempo zu lernen, und bietet somit Flexibilität für Personen mit unterschiedlichen Zeitplänen und Verpflichtungen.
3. **Vielfältige Ressourcen:** Es bietet eine Vielzahl von Ressourcen, darunter Artikel, Videos, interaktive Tools und Übungen, die auf unterschiedliche Lernstile und -präferenzen eingehen.
4. **Zugänglichkeit:** Die Plattform ist von verschiedenen Geräten zugänglich, so dass die Inhalte nach Belieben mit einem Computer, einem Tablet oder Smartphone bearbeitet werden können.
5. **Personalisierung:** Mit Hilfe des Kompetenzrasters kann eine personalisierte Bewertung erstellt werden, die dem/der Einzelnen dabei helfen soll, seine Lebensgestaltung auf der Grundlage seiner aktuellen Stärken, Vorlieben und Ziele anzupassen.
6. **Kosteneffektiv:** Im Vergleich zu herkömmlichen Workshops oder Seminaren ist diese Online-Plattform kostenlos und macht die Ressourcen für die persönliche Entwicklung einem breiteren Publikum zugänglich.
7. **Privatsphäre und Reflexion:** Das Tool bietet einen privaten Raum zur Selbstreflexion ohne den möglichen sozialen Druck, der mit persönlichen Interaktionen einhergehen kann, so dass Gedanken und Ziele freier erkunden werden können.



# LDSKILLS 4 YOU

# TOOL GUIDE



Co-funded by  
the European Union

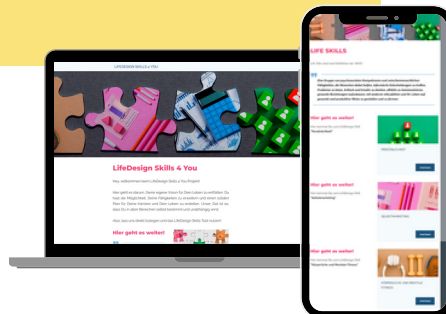
# Kurzanleitung



Öffne das Tool über einen Laptop oder ein Handy

1






 [LDSkills4YOU Tool](#)



2

Wähle den Skill aus den du verbessern möchtest!!



 <p><b>LifeDesign Skills</b> Persönlichkeit</p> 	 <p><b>LifeDesign Skills</b> Selbstmarketing <small>EINFÜHRUNG</small></p> 
 <p><b>LifeDesign Skills</b> Mentale und körperliche Fitness <small>EINFÜHRUNG</small></p> 	 <p><b>LifeDesign Skills</b> Finanzielles und Materielles <small>Einführung</small></p> 

3

Wähle eine Lesson und verbessere den Skill in drei Schritten!



# Zugang



Öffne das Tool über einen Laptop oder ein Handy

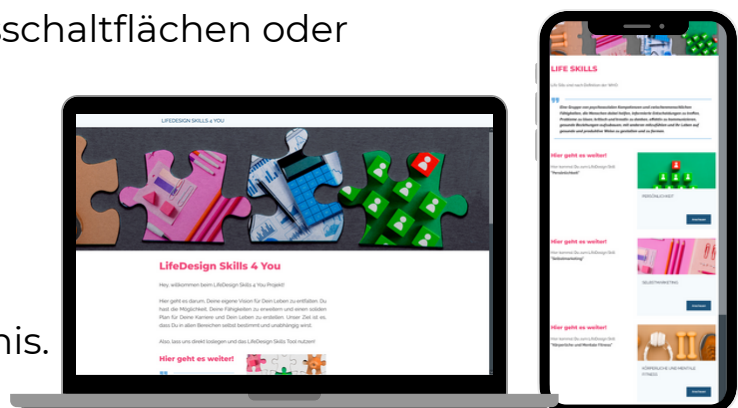
1

[LDSkills4YOU Tool](#)

Das LDSkills4YOU-Tool bietet reibungslosen Zugang über mehrere Kanäle. Egal, ob du über die Website des Projekts, [www.ldskills4you.eu](http://www.ldskills4you.eu), oder über einen direkten Link, der in ein Lernmanagementsystem, eine Website oder einen anderen Kanal eingebettet ist, darauf zugreiffst - es ist über einen Webbrowser leicht zugänglich. Das Tool ist mit verschiedenen Geräten wie Laptops, Tablets oder Smartphones kompatibel und gewährleistet so Flexibilität bei der Nutzung.

Speziell auf Jugendliche zugeschnitten, ist die Navigation durch das Tool sehr einfach gehalten. Bei jedem Video innerhalb des Tools besteht die Möglichkeit, den Inhalt anzuhören oder die Transkription zu lesen, so dass alle Nutzer\*innen davon profitieren können. Die intuitive Navigation ermöglicht es den Nutzer\*innen außerdem, von einem Abschnitt zum anderen zu wechseln.

Ob mit Hilfe der Navigationsschaltflächen oder der Inhaltsleiste, die sich auf der rechten Seite des Bildschirms befindet, wird die Erkundung der Inhalte des Tools zu einem benutzerfreundlichen Erlebnis.





# Skill Module

2

Wähle den Skill aus den du verbessern möchtest!!



LifeDesign Skills  
Persönlichkeit



LifeDesign Skills  
Selbstmarketing  
EINFÜHRUNG



LifeDesign Skills  
Mentale und körperliche Fitness  
EINFÜHRUNG



LifeDesign Skills  
Finanzielles und Materielles  
Einführung



Jedes Modul ist so strukturiert, dass es nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch praktische Strategien und Übungen vermittelt. Diese sollen dir ein besseres Verständnis von dir selbst und der Arbeitswelt vermitteln und dich in die Lage versetzen, fundierte und selbstbewusste Entscheidungen über deine Karriere und dein Leben zu treffen.

Im Laufe des Programms erhältst du ein klareres Bild von deinen persönlichen und beruflichen Zielen, lernst, wie du dir erreichbare Meilensteine setzen kannst und erwirbst die Fähigkeit, Hindernisse zu überwinden. Am Ende deiner Reise mit dem Life Design Skills 4 You Tool wirst du mit fundierten Fähigkeiten ausgestattet sein, um deinen Karriereweg mit Selbstvertrauen und Widerstandsfähigkeit zu beschreiten.

Das Tool wurde entwickelt, um dich durch den Lernprozess zu leiten, in dem du deine Kompetenzen in Bezug auf die von der Bewerbung abgedeckten Themen vertiefst und das Level deiner Kompetenzen in Bezug auf den jeweiligen Bereich prüfst.



# Skill Lessons

**3** Wähle eine Lesson und verbessere den Skill in drei Schritten!



Die Struktur des Tools spiegelt auch den Fortschritt des Lernprozesses wider. Die Struktur der Themen ist identisch: jedes enthält ein Einführungsvideo, 8 Lessons und eine Einheit, die das Thema abschließt. In den Lessons findest du nicht nur Textmaterial, sondern auch Videos und Links, Arbeitsblätter und Tests, die dir helfen, mehr zu erfahren. Wir haben das Tool auch mit motivierenden Zitaten versehen.

Der Lernfortschritt in den Lessons ist linear. Es wird empfohlen, dass du nach den Einführungsvideos die Lessons zu den vier Themen durcharbeitest und dann nach dem Abschluss das Kompetenzlevel in Bezug auf den jeweiligen Bereich überprüfst.
















# Persönlichkeit

Das Verständnis der eigenen Werte, Stärken, Schwächen, Interessen und Ziele ist entscheidend für eine effektive Lebensgestaltung. In dem LifeDesign Skill Persönlichkeit entwickelst du ein genaues Bild von dir und deinen Stärken. Darüber hinaus lernst du, Feedback professionell anzunehmen und es auch besser zu kommunizieren.

## Übersicht über die Lektionen

 <p>LEKTION 1: Erkenne Dein wahres Ich</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 2: Werde Dir Deiner Stärken bewusst</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 3: Selbst- und Fremdbild in Harmonie</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 4: Was Du wirklich sagen willst, wenn Du etwas sagst</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 5: Gelassen und souverän im Umgang mit...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 6: Feedback produktiv umsetzen</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 7: Werde Dein(e) eigene(r) Manager'in</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 8: Motivatoren finden - wie Du Dich ans Lim.</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>Abschluss</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>

**PERSÖNLICHKEIT** ^

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 83 Minuten*

**LEKTION 1: Erkenne Dein wahres Ich**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**LEKTION 2: Werde Dir Deiner Stärken bewusst**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**LEKTION 3: Selbst- und Fremdbild in Harmonie**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 4: Was Du wirklich sagen willst, wenn Du etwas sagst**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 14 Minuten*

**LEKTION 5: Gelassen und souverän im Umgang mit Feedback bleiben**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 6: Feedback produktiv umsetzen**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 7: Werde Dein(e) eigene(r) Manager'in**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 8: Motivatoren finden - wie Du Dich ans Limit pusht**

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**Abschluss**








*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten*

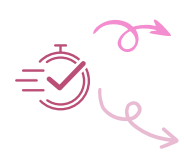


# Selbstmarketing

Selbstmarketing, oft auch als Personal Branding bezeichnet, ist ein wichtiger Aspekt von Life Design, insbesondere im Zusammenhang mit der beruflichen Entwicklung und dem persönlichen Erfolg. Es beinhaltet die Förderung und Präsentation der eigenen Fähigkeiten, Stärken und einzigartigen Qualitäten, um ein positives und unverwechselbares Bild von sich selbst zu schaffen. Im Rahmen des LifeDesign Skills Selbstmarketing lernst du die grundlegenden Techniken des Verkaufens und Verhandelns. Du wirst dann wissen, wie du für andere einen Wert schaffst und diesen Wert nutzerorientiert präsentieren kannst.

## Übersicht über die Lektionen

 <p>LEKTION 1: Tatsächliche und wahrgenommene...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 2: Erkenne Deine Stärken</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 3: Schaffe mit Deinen Stärken einen Wert für...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 4: Personal Branding</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 5: Meine Marke</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 6: Mit Verhandlungs- und Verkaufskompetenz...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 7: Kommunikation und Präsentation Deiner...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 8: Mit Storytelling überzeugen</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>Abschluss</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>



### SELBSTMARKETING

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 77 Minuten

**LEKTION 1: Tatsächliche und wahrgenommene Kompetenzen**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 2: Erkenne Deine Stärken**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten

**LEKTION 3: Schaffe mit Deinen Stärken einen Wert für andere**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 4: Personal Branding**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

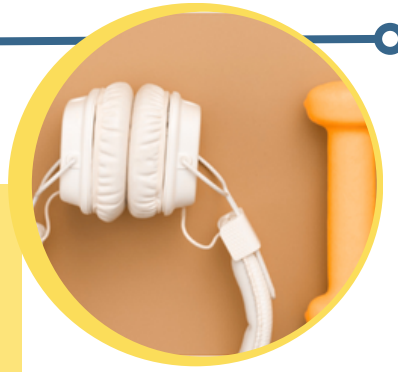
**LEKTION 5: Meine Marke**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten

**LEKTION 6: Mit Verhandlungs- und Verkaufskompetenz schneller ans Ziel**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 7: Kommunikation und Präsentation Deiner Marke**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten

**LEKTION 8: Mit Storytelling überzeugen**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten










**Abschluss**  
Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten



# Körperliche und mentale Fitness



Für das eigene Wohlbefinden ist es wichtig, dass du dich um dich selbst kümmerst, z. B. ein gesundes Gleichgewicht zwischen Arbeit und Privatleben aufrechterhältst, genügend Schlaf bekommst und Aktivitäten nachgehst, die dir Freude bereiten. In diesem LifeDesign Skill lernst du, wie du achtsamer mit dir selbst umgehst, mehr Energie hast und im Gleichgewicht bleibst. Darüber hinaus erfährst du, wie du besser auf deine Bedürfnisse hören und reagieren kannst.

## Übersicht über die Lektionen

 <p>LEKTION 1: Eigene Bedürfnisse wahrnehmen</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 2: Achtsamkeit</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 3: Ziele erreichen</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 4: Resilienz</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 5: Mehr Balance</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 6: Mit Stress umgehen</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 7: Körperliche Fitness</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 8: Mentale Fitness</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>Abschluss</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>

**KÖRPERLICHE UND MENTALE FITNESS** ^

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 79 Minuten

**LEKTION 1: Eigene Bedürfnisse wahrnehmen**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 2: Achtsamkeit**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten

**LEKTION 3: Ziele erreichen**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten

**LEKTION 4: Resilienz**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 5: Mehr Balance**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 6: Mit Stress umgehen**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**LEKTION 7: Körperliche Fitness**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten

**LEKTION 8: Mentale Fitness**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten

**Abschluss**

Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten













# Finanzielles und Materielles

Das Verständnis der persönlichen Finanzen, Budgetierung, Sparen und das Treffen fundierter finanzieller Entscheidungen tragen zum langfristigen finanziellen Wohlstand bei. Im Rahmen des LifeDesign Skills Finanzielles und Materielles lernst du, deine Finanzen vorzusehen und deine Ressourcen effektiv für deine Ziele und deine LifeVision zu nutzen.

## Übersicht über die Lektionen

 <p>LEKTION 1: Wie Geld funktioniert</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 2: Ein stimmiges Verhältnis zu Geld entwickeln</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 3: Innere Blockaden und Denkmuster...</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 4: Erste Schritte in Richtung finanziellen Erfolg</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 5: So hast Du Deine Finanzen im Griff</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 6: Sparen oder Investieren</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>
 <p>LEKTION 7: Immer up to date bleiben</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>LEKTION 8: Die richtige Strategie zum finanziellen..</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>	 <p>Abschluss</p> <p><a href="#">Anschauen</a></p>

**FINANZIELLES UND MATERIELLES** ^

*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 78 Minuten*

**LEKTION 1: Wie Geld funktioniert**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 2: Ein stimmiges Verhältnis zu Geld entwickeln**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**LEKTION 3: Innere Blockaden und Denkmuster durchbrechen**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 4: Erste Schritte in Richtung finanziellen Erfolg**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**LEKTION 5: So hast Du Deine Finanzen im Griff**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**LEKTION 6: Sparen oder Investieren**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten*

**LEKTION 7: Immer up to date bleiben**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 7 Minuten*

**LEKTION 8: Die richtige Strategie zum finanziellen Erfolg**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 8 Minuten*

**Abschluss**  
*Die Bearbeitungszeit beträgt etwa 9 Minuten*



# LDSKILLS 4 YOU

## ZIELGRUPPEN- GERICHTETE GUIDES



Co-funded by  
the European Union

# Zielgruppengerichtete Guides

## Selbstnutzung JUGEND

[LDSkills4YOU Tool](#)

[www.ldskills4you.eu](http://www.ldskills4you.eu)



### Entfalte dein Potenzial mit LDSkills4YOU: Ein 10-Schritte-Leitfaden für junge Selbstlernende

1. **Entdecke die Möglichkeiten:** Erforsche die dynamische Welt von LDSkills4YOU, die darauf ausgerichtet ist, junge Selbstlernende wie dich zu unterstützen. Erkenne die Möglichkeiten des Tools, die Zügel deiner Lernreise fest in deine Hände zu legen, jederzeit und überall.
2. **Definiere deine Ziele:** Nimm dir einen Moment Zeit, um deine persönlichen Lernziele zu definieren und herauszufinden, wie LDSkills4YOU dir helfen kann, sie zu erreichen. Egal, ob es darum geht, eine neue Fähigkeit zu erlernen, eine Leidenschaft zu entdecken oder sich auf zukünftige Unternehmungen vorzubereiten, setze dir klare Ziele für dein selbstgesteuertes Lernen.
3. **Lerne die Plattform kennen:** Mache dich mit den Besonderheiten von LDSkills4YOU vertraut. Tauche in die benutzerfreundliche Oberfläche ein und erkunde die zahlreichen Ressourcen und Tools, die dir zur Verfügung stehen, um das Beste aus deiner Selbstlern-Erfahrung zu machen.
4. **Maßgeschneidert auf deine Bedürfnisse:** Passe deine Erfahrung auf LDSkills4YOU an deine individuellen Lernvorlieben und Interessen an. Gestalte deinen persönlichen Lernweg, indem du Module, Kurse und Aktivitäten auswählst, die zu deinen Zielen und Wünschen passen.
5. **Nutze die Flexibilität:** Nutze die Flexibilität, die dir LDSkills4YOU bietet und die es dir ermöglicht, in deinem eigenen Tempo und zu deinen eigenen Bedingungen zu lernen. Ob du frühmorgens lernst, spätabends forschst oder am Wochenende in die Materie eintauchst - stell dir einen Zeitplan zusammen, der zu deinem Lebensstil passt.
6. **Nimm dir Zeit für Selbstreflexion:** Nimm dir Zeit für Selbstreflexion und Selbstbetrachtung, während du dich mit LDSkills4YOU beschäftigst. Nutze Tagebuchaufzeichnungen, Selbsteinschätzungen und Reflexionsübungen zur Vertiefung der Kenntnisse.
7. **Übernimm die Verantwortung für dein Lernen:** Nutze LDSkills4YOU als Leitfaden, um die Kontrolle über deine Lernreise zu übernehmen. Setze dir ehrgeizige Ziele, überwache deine Fortschritte und feiere deine Erfolge, während du deinen Weg zur Kompetenzentwicklung und Selbstentdeckung beschreitest.
8. **Bleibe inspiriert und motiviert:** Halte das Feuer der Motivation am Brennen, während du dich in deine Lernreise vertiefst. Lasse dich von Erfolgsgeschichten, Vorbildern und anderen Lernenden in der LDSkills4YOU-Community inspirieren, um deinen Ehrgeiz zu steigern.
9. **Verfolge deinen Fortschritt:** Nutze den **LDSkills4YOU-Kompetenzraster**, um deinen Fortschritt und deine Entwicklung im Laufe der Zeit zu verfolgen. Behalte die erreichten Meilensteine, die erworbenen Fähigkeiten und das erworbene Wissen im Auge, damit du fundierte Entscheidungen treffen und dich neuen Herausforderungen stellen kannst.
10. **Lebenslanges Lernen:** Mache dir das Prinzip des lebenslangen Lernens zu eigen, indem du dir die Möglichkeiten von LDSkills4YOU zunutze machst. Entwickle eine wachstumsorientierte Einstellung, sei neugierig und suche immer wieder nach neuen Gelegenheiten zum Lernen und zur Weiterentwicklung und bereichere so deinen Lebensweg.

Mit diesem 10-Schritte-Leitfaden kannst du dich auf ein spannendes Abenteuer des Selbstlernens einlassen - mit LDSkills4YOU als deinem zuverlässigen Begleiter, der dich befähigt, dein volles Potenzial zu entfalten und die Zukunft zu gestalten, die du dir vorstellst. **Die Reise beginnt jetzt!**



# Zielgruppengerichtete Guides

## Lehrende / Coaches / Trainer\*innen GRUPPE



[LDSkills4YOU Tool](#)

[www.ldskills4you.eu](http://www.ldskills4you.eu)

### Gestalte deinen Unterricht mit LDSkills4YOU: Ein 10-Schritte-Leitfaden für den Einsatz in Gruppen

- 1. Entdecke das Potenzial:** Beginne damit, das innovative LDSkills4YOU-Tool zu erkunden, das speziell für Jugendliche und ihre Lehrende, Trainer\*innen und Coaches entwickelt wurde. Erkenne, dass es deine Lehrmethoden verbessern und die Lernerfahrungen der Jugendlichen steigern kann.
- 2. Setze klare Ziele:** Definiere Ziele für die Integration von LDSkills4YOU in dein Gruppenkonzept. Ob es nun darum geht, das Engagement der Jugendlichen zu verbessern, die Zusammenarbeit zu fördern oder das personalisierte Lernen zu unterstützen - ein klares Ziel ist entscheidend.
- 3. Mache dich mit dem Tool vertraut:** Nimm dir die Zeit, um dich mit den Eigenschaften und Funktionen des LDSkills4YOU-Tools vertraut zu machen. Nimm an den **LDSkills4YOU-Train-the-Trainer** E-Learning-Workshops teil oder informiere dich über die verfügbaren Ressourcen, um deine Kenntnisse und dein Vertrauen in die effektive Nutzung der Plattform zu verbessern.
- 4. An den Lehrplan anpassen:** Stelle sicher, dass die Nutzung von LDSkills4YOU mit deinen Lehrplanzielen übereinstimmt. Identifiziere Möglichkeiten, wie das Tool bestehende Unterrichtsstrategien ergänzen und bereichern kann.
- 5. Begeistere deine Gruppe:** Wecke die Begeisterung und das Engagement deiner Gruppe, indem du ihnen die Vorteile von LDSkills4YOU vorstellst. Betone das Potenzial des Tools, interaktive Lernerfahrungen zu ermöglichen, die Zusammenarbeit zu fördern und die Eigenverantwortung der Jugendlichen für ihren Lernprozess zu stärken.
- 6. Fördere Zusammenarbeit:** Fördere das Lernen unter Peers innerhalb deiner Gruppe mit LDSkills4YOU. Integriere zusätzliche Angebote wie Diskussionsforen, Gruppenprojekte und virtuelle Klassenzimmer, um sinnvolle Interaktionen und den Wissensaustausch unter den Teilnehmenden zu fördern.
- 7. Personalisiertes Lernen:** Nutze die Möglichkeiten von LDSkills4YOU, um die Lernerfahrungen für die Teilnehmenden deiner Gruppe zu personalisieren. Nutze die adaptiven Schritte und Lessons sowie die personalisierten Feedback-Mechanismen, um auf unterschiedliche Lernstile und Vorlieben einzugehen.
- 8. Fortschritte beobachten:** Verfolge den Fortschritt und die Leistung deiner Gruppe mithilfe des **LDSkills4YOU-Kompetenzrasters**. Beobachte die Teilnahme, das Engagement und die Leistungskennzahlen, um Bereiche mit Verbesserungs- und Optimierungsbedarf zu identifizieren.
- 9. Feiere Erfolge:** Feiere die Erfolge und Meilensteine, die durch die Anwendung von LDSkills4YOU in deiner Gruppe erreicht wurden. Erkenne die Bemühungen der Teilnehmenden an und erzähle Erfolgsgeschichten, um andere zu inspirieren und zu motivieren.
- 10. Entwickle dich ständig weiter:** Verinnerliche eine Denkweise der kontinuierlichen Weiterentwicklung und Innovation, wenn du LDSkills4YOU in deine Unterrichtspraxis integrierst. Hole dir Feedback von den Teilnehmenden, reflektiere deine Erfahrungen und passe deinen Ansatz entsprechend an, um einen kontinuierlichen Erfolg und Effektivität zu gewährleisten.

Wenn du diesen motivierenden 10-Schritte-Leitfaden befolgst, kannst du das Potenzial des LDSkills4YOU-Tools voll ausschöpfen und deine Gruppe in ein dynamisches und bereicherndes Lernumfeld für dich und deine Teilnehmenden verwandeln. **Die Reise kann beginnen!**

# Zielgruppengerichtete Guides

## Lehrende / Coaches / Trainer\*innen EINZELCOACHING



[LDSkills4YOU Tool](#)

[www.ldskills4you.eu](http://www.ldskills4you.eu)

### Optimiere dein Coaching mit LDSkills4YOU: Ein 10-Schritte-Leitfaden für Einzelcoachings

1. **Entdecke das Potenzial:** Tauche in das innovative LDSkills4YOU-Tool ein, das auf Coaches wie dich zugeschnitten ist. Erkenne seine Fähigkeit, deinen Coaching-Ansatz zu revolutionieren und die Lernreise für deine Kund\*innen zu verbessern.
2. **Setze klare Ziele:** Definiere deine Coaching-Ziele und wie LDSkills4YOU sie in deinen Einzelcoachings unterstützen können. Kläre deine Zielvorstellungen, egal ob es darum geht, die Motivation deiner Klienten zu steigern, ihre Selbsterkenntnis zu fördern oder bestimmte Fähigkeiten zu entwickeln.
3. **Mache dich mit dem Tool vertraut:** Nimm dir die Zeit, dich gründlich mit den Features und Funktionalitäten von LDSkills4YOU vertraut zu machen. Nimm an den **LDSkills4YOU-Train-the-Trainer**-E-Learning-Workshops teil oder informiere dich über die verfügbaren Ressourcen, um dein Selbstvertrauen zu stärken und die Plattform zu beherrschen.
4. **An den Coaching-Zielen ausrichten:** Stelle sicher, dass deine Nutzung von LDSkills4YOU mit deinen Coaching-Zielen und -Methoden übereinstimmt. Identifiziere Bereiche, in denen das Tool deine bestehenden Coaching-Strategien ergänzen und bereichern kann.
5. **Motiviere deine Kund\*innen:** Begeistere deinen Kund\*innen für die Möglichkeiten, die LDSkills4YOU für die Coaching-Reise mit sich bringt. Betone wie das Tool die Selbstreflexion, Zielsetzung und Fortschrittsverfolgung erleichtern kann, so dass die Kund\*innen in die Lage versetzt werden, ihr Wachstum selbst in die Hand zu nehmen.
6. **Fördere Selbstreflexion:** Ermuntere deine Kund\*innen zur Selbstreflexion, indem du die Funktionen von LDSkills4YOU nutzt. Nutze Tools wie Tagebucheinträge, Selbsteinschätzungen und Zielsetzungsübungen, um das Verständnis zu vertiefen und sinnvolle Erkenntnisse zu gewinnen.
7. **Personalisiertes Coaching:** Nutze die Möglichkeiten von LDSkills4YOU, um das Coaching für deine Kund\*innen zu personalisieren. Nutze die maßgeschneiderten Ressourcen, Feedback-Mechanismen und die Fortschrittsverfolgung, um auf die individuellen Bedürfnisse, Vorlieben und Entwicklungsbereiche deiner Kund\*innen einzugehen.
8. **Verfolge den Fortschritt:** Behalte den Fortschritt und die Entwicklung deiner Kund\*innen mithilfe des **LDSkills4YOU-Kompetenzrasters** genau im Auge. Beobachte Meilensteine, Verhaltensänderungen und Fortschritte bei den Fähigkeiten, um deinen Coaching-Ansatz zu untermauern und gezielte Unterstützung zu bieten.
9. **Feiere Meilensteine:** Erkenne die Errungenschaften und Durchbrüche deiner Kund\*innen an, die durch LDSkills4YOU ermöglicht wurden, und feiere sie. Würdige ihr Engagement und ihre Fortschritte, um eine positive Coaching-Beziehung zu fördern und zu weiterem Wachstum zu motivieren.
10. **Setze auf kontinuierliches Wachstum:** Fördere eine Kultur des kontinuierlichen Wachstums und der Weiterentwicklung, wenn du LDSkills4YOU in deine Coaching-Praxis integrierst. Hole dir Feedback von deinem Kund\*innen, reflektiere deine Coaching-Erfahrungen und passe deinen Ansatz an, um die Wirkung und Effektivität zu maximieren.

Wenn du diesen 10-Schritte-Leitfaden befolgst, kannst du das volle Potenzial des LDSkills4YOU-Tools nutzen, um deine Einzelcoachings zu verbessern und sowohl für dich als auch für deine Kund\*innen transformatives Wachstum und Stärkung bewirken. **Lasse deine Coaching-Reise sich entfalten!**



# Zusammenfassung

Der Grund für die Schwerpunktsetzung auf genau diese 4 Fertigkeiten liegt darin, dass wir der Meinung sind, dass sie in den herkömmlichen Bildungsprogrammen in den Partnerländern vernachlässigt werden. Durch die Entwicklung der Life Skills in der außerschulischen Jugendarbeit stellt das LDSkills4YOU-Tool einen erheblichen Mehrwert für das Bildungsangebot in Europa dar und erhöht durch seine Einzigartigkeit die Angebotsbreite in der Jugendarbeit.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass LifeDesign Skills 4 You dazu befähigt, eine aktive und bewusste Rolle in der persönlichen Entwicklung einzunehmen. Durch die Förderung dieser Fähigkeiten kann das Leben mit Zielstrebigkeit, Widerstandsfähigkeit und einem Engagement für kontinuierliches Wachstum und Verbesserung gemeistert werden. Life Design wird zu einem starken Verbündeten bei der Gestaltung eines erfüllten und sinnvollen Lebens. Der ganzheitliche Ansatz fördert die Selbstlernkompetenz und das lebenslange Lernen durch die intrinsische Motivation seiner künftigen Nutzer\*innen.



**“Man kann den Menschen nicht alles beibringen, was sie wissen müssen. Das Beste, was man tun kann, ist, sie so zu platzieren, dass sie das, was sie wissen müssen, finden können, wenn sie es wissen müssen.”**

**Seymour Papert, Mathematiker und Pädagoge**