



# Workshop

## Selbstmanagement-Förderung

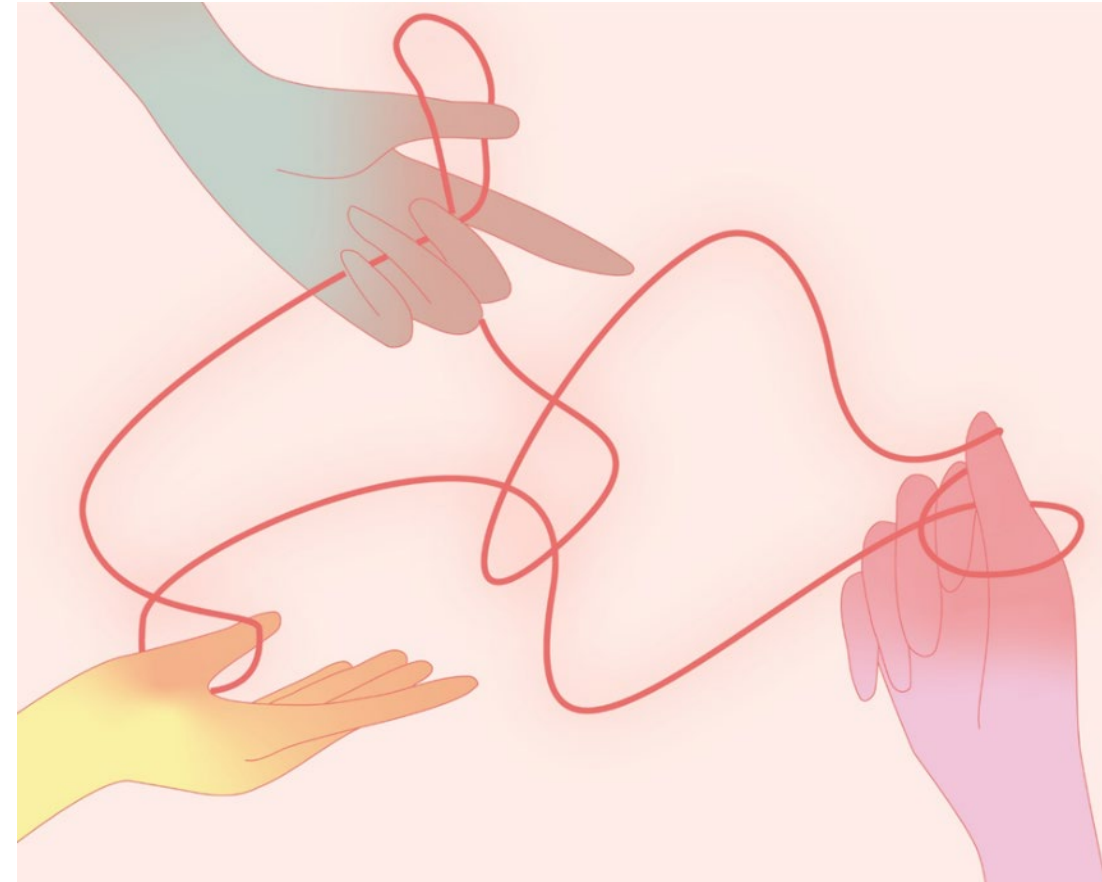
### Promotion à l'autogestion

Didaktische Materialien

Outils didactiques

**Selbstmanagement-Förderung** bedeutet das, was alle Akteure (Betroffene, Fachpersonen, mitbetroffene Angehörige und Peers) gemeinsam unternehmen, um Menschen mit langandauernden Krankheiten und ihre Angehörigen in ihren Selbstmanagement-Kompetenzen und Ressourcen zu stärken.

**La promotion à l'autogestion** comprend ce que tous les acteurs (personnes concernées, professionnels, proches et pairs) entreprennent ensemble pour renforcer les compétences d'autogestion et les ressources des personnes atteintes de maladies de longue durée et de leurs proches.



# Christian Huber, M.A.

Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der  
Professur Erwachsenenbildung und Weiterbildung

IWB | Institut Weiterbildung und Beratung

PH | Pädagogische Hochschule

FHNW | Fachhochschule Nordwestschweiz

<https://www.fhnw.ch/de/die-fhnw/hochschulen/ph/institute/institut-weiterbildung-und-beratung/professuren-und-zentren/professur-erwachsenenbildung-und-weiterbildung>



# Ziele Objectifs



# Ablauf

# Déroulement

# Zweck der didaktischen Materialien

## But des outils didactiques

- Einführung in das Konzept  
Introduction au concept
- Herstellung eines Bezuges zur beruflichen Tätigkeit  
Établir un lien avec l'activité professionnelle
- Sensibilisierung bezüglich Potenzial und Möglichkeiten  
Sensibiliser au potentiel et aux possibilités



# Zielgruppen und Settings

## Groupes cibles et settings



Wenig  
Berufserfahrung  
Peu d'expérience  
professionnelle



Mehrjährige  
Berufserfahrung  
Plusieurs années  
d'expérience



Lerngruppe  
physisch präsent  
Groupe d'enseignement  
en présentiel



Lerngruppe  
virtuell präsent  
Groupe d'enseignement  
en virtuel

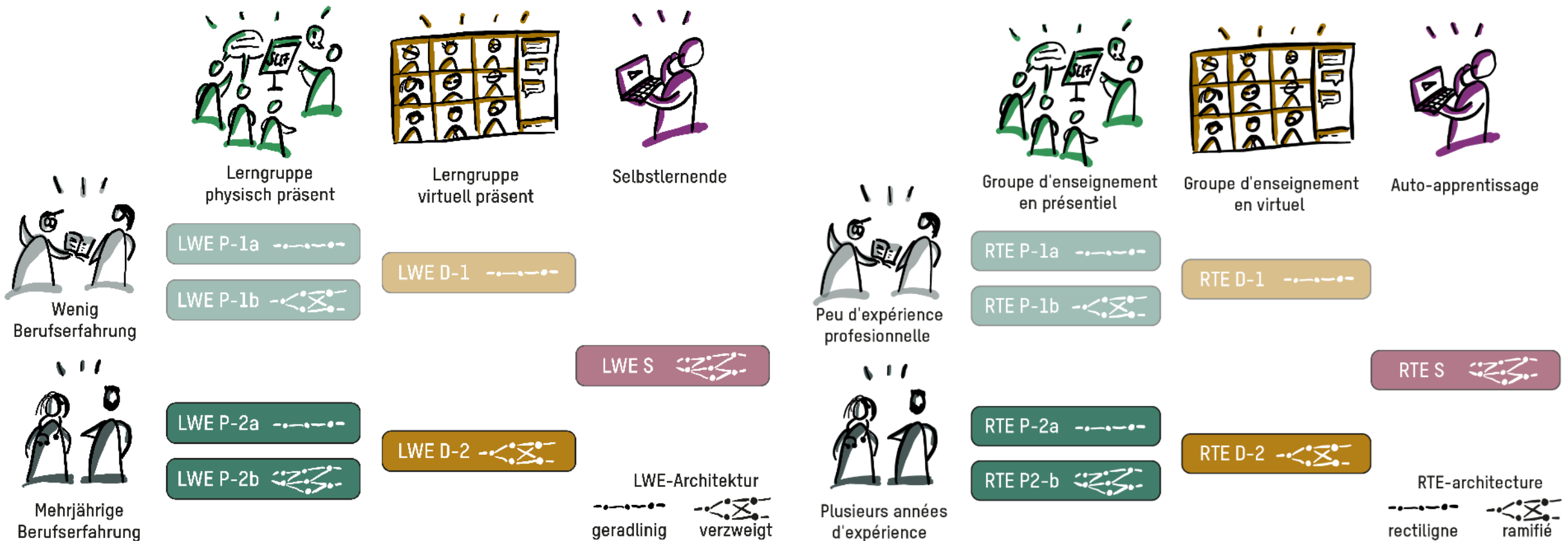


Selbstlernende  
Auto-apprentissage



# Zielgruppen und Settings

## Groupes cibles et settings





# Übersicht didaktisches Material Aperçu des outils didactiques

**DIDAKTISCHE MATERIALIEN SELBSTMANAGEMENT-FÖRDERUNG**

## Einleitung und Überblick

Das BAG hat sich zum Ziel gesetzt, ein einfaches, leicht verständliches Material zur Selbstmanagement-Förderung zu schaffen und das Konzept konkret durch die Erklärungsartikeln der verschiedenen Berufsgruppen zu vermitteln.

**Selbstmanagement-Förderung**  
Die Selbstmanagement-Förderung besteht aus, von den Akteuren (Fachkräften, Fachpersonen, selbstständigen Angehörigen und Partnern) gemeinsam erarbeiteten, von Menschen mit langjähriger Berufserfahrung und in ihrer Selbstmanagement-Kompetenz und Präsenz zu arbeiten.

**Aktivitäten und Produkte**  
Eines der Ziele besteht in der Selbstmanagement-Förderung in der Aus-, Weiter- und Fortbildung (insb. zum Film) besteht. Um zur Selbstmanagement-Förderung zu gelangen, ist es notwendig, dass die Beteiligten sich mit der Möglichkeit auseinandersetzen und die Vorbereitung nicht in einem Selbstmanagement-Setting ist. Das BAG hat deswegen die Lernaktivitäten für „Zwei Bilder“ entwickelt. Der Film richtet sich an Fachpersonen in Weiterbildung des Gesundheits- und Sozialbereichs, während der „Zwei Bilder“ der Selbstmanagement-Förderung und die BAG die die Profis für die Aus- und Weiterbildung der Fachkräfte des Gesundheits- und Sozialbereichs. Die BAG hat die Fachkräfte des Gesundheits- und Sozialbereichs für die Fortbildung der Lernenden in verschiedenen Settings entwickelt.

**Zielgruppe**  
Das BAG hat die Lernenden in verschiedenen Settings (z.B. in der Weiterbildung und Fortbildung) entwickelt und die Lernenden in der Weiterbildung und Fortbildung zu entwickeln. Die Lernenden sind in verschiedenen Settings (z.B. in der Weiterbildung und Fortbildung) entwickelt und die Lernenden in der Weiterbildung und Fortbildung zu entwickeln.

**Ziele**  
Das BAG hat die Lernenden in der Weiterbildung und Fortbildung zu entwickeln. Die Lernenden sind in verschiedenen Settings (z.B. in der Weiterbildung und Fortbildung) entwickelt und die Lernenden in der Weiterbildung und Fortbildung zu entwickeln.

**DIDAKTISCHE MATERIALIEN SELBSTMANAGEMENT-FÖRDERUNG**

## Lernwegempfehlung D-1

**Zielgruppe Lernende:** Fachpersonen aus dem Gesundheits- oder Sozialbereich mit wenig Berufserfahrung

**Setting und Dauer:** Lerngruppe im digitalen Fernunterricht: Eigenständige Vorbereitung durch Lernende (30-40'), digitale Präsenz (Video-Konferenz, 60-90')

**Benötigte Materialien:**  
- Lernplattform und Videokonferenz-Software  
- Kollaborativ bearbeitbare Online-Dokument (Google Docs, Teams-Word, Etherpad etc.)  
- Lernmaterialien MAT 1, MAT 3, MAT 5  
- Persönliches Notizmaterial Lernende

**Ziele der Lerneinheit:** Die Lernenden ...  
- ... erarbeiten ein Verständnis der Konzepte Selbstmanagement und Selbstmanagement-Förderung  
- ... entwickeln eine positive Haltung gegenüber dem Konzept der Selbstmanagement-Förderung  
- ... erkennen Möglichkeiten der Selbstmanagement-Förderung in der eigenen professionellen Tätigkeit.

**Vorbereitung und Anpassung:** Bitte beachten Sie die Hinweise im Dokument „Einführung und Überblick“.

## Überblick Lerneinheit

**Zwei Bilder** | **Film sehen** | **Beobachtungsprotokoll** | **Zwei Bilder** | **Vertiefung** | **Chat Blitzlicht**

**Eigenständige Vorbereitung** | **Digitale Präsenzeinheit**

In dieser Lerneinheit leisten die Lernenden eine eigenständige Vorbereitung: Sie nähern sich in der Auseinandersetzung mit **Zwei Bildern** dem Thema an. Danach sehen sie sich den **Lernfilm** an. Dabei greifen Sie auf ein **Beobachtungsprotokoll** zurück, das das Sehen des Films durch Fragen und Anregungen unterstützt.

In der digitalen Präsenzeinheit wird auf die Vorbereitung zurückgegriffen: Als Einleitung tauschen sich die Lernenden kollaborativ scheidend zu **Zwei Bildern** aus. Danach folgt eine **Vertiefung** der Aspekte des Selbstmanagements in Kleingruppen oder im Plenum. Ein **Chat-Blitzlicht** bietet die Möglichkeit, ein Fazit zu ziehen.

**Danke!** Wir sind Ihnen für Ihre Mitarbeit dankbar. Ihr Kontakt: [info@selbstmanagement-forderung.ch](mailto:info@selbstmanagement-forderung.ch)

**DIDAKTISCHE MATERIALIEN SELBSTMANAGEMENT-FÖRDERUNG**

## Film sehen (30')

Kündigen Sie an, dass Sie gemeinsam einen Film zur Vorbereitung und Reflexion über die Beobachtung und Reflexion geben Sie den Besonderen können. Im Anschluss werden Sie die Besonderen können.

**Verteilen Sie MAT 4, lassen Sie den Lernenden zu.**

## Bearbeitung (40'-60')

Laden Sie die Lernenden ein, einen Aspekt, der sie am stärksten interessiert, zu wählen. Verteilen Sie allen MAT 2 | Verteilung Informationen stellen.

Folgende Beobachtungsprotokolle sollten wir vor:  
- Austausch: Ergänzung/Diskussion der erstellten Lernkarten. In der Gruppe werden die erarbeiteten Lernkarten verglichen, über einzelne Fragen oder Aspekte diskutiert.  
- Vertiefung: Die Gruppe beschäftigt sich vertiefend mit einem oder mehreren Konzepten des Selbstmanagements und der Selbstmanagement-Förderung.  
- Fallbeispiele: Die Gruppe analysiert die Fallbeispiele aus MAT 5 | **Gelungene Fallbeispiele** und identifiziert einzelne Aspekte gelungener Selbstmanagement-Förderung. Sie versuchen weiter, Möglichkeiten für Selbstmanagement-Förderung in der eigenen professionellen Tätigkeit zu identifizieren.

Es kann sein, dass die Lerngruppe kaum eigene Ideen für die Bearbeitung nennt. Versuchen Sie durch gezielte Nachfragen (z.B. „Können Sie mir erklären, wie Selbstmanagement-Förderung auf Betroffene, Angehörige und Partner wirken soll?“ oder „Können Sie Fallbeispiele, in denen umfassende Selbstmanagement-Förderung umgesetzt wurde?“) Antworten zu erhalten. Ggf. legen Sie die Lernenden nahe, Denkpartner\*innen zu befragen. Denkpartner\*innen sind Personen, die eine gewisse Erfahrung im Thema besitzen (z.B. in der Weiterbildung und Fortbildung). (Zielgruppe: Fachpersonen in der Weiterbildung und Fortbildung)

**DIDAKTISCHE MATERIALIEN SELBSTMANAGEMENT-FÖRDERUNG**

## MAT 1 | Zwei Bilder

**Didaktische Bilder** zeigen eine Person mit einer nicht-beruflichen Kontrolle in unterschiedlichen Situationen. Überprüfen Sie, ob die Person die Kontrolle über die Situation übernehmen kann. Welche Fähigkeiten können Sie erkennen? Welche Fähigkeiten übernehmen die Fachperson, welche die berufliche Person? Welche Fähigkeiten sind für die Person, die die Kontrolle über die Situation übernehmen kann? Welche weiteren Fähigkeiten würden Sie benennen? Welche der beiden Bilder können Sie beschreiben? Welche weiteren Fähigkeiten würden Sie benennen?

**DIDAKTISCHE MATERIALIEN SELBSTMANAGEMENT-FÖRDERUNG**

## MAT 3 | Beobachtungsprotokoll

**Filmsequenz 1: Begriffe und Konzepte**  
1) Was ist Selbstmanagement?  
2) Was sind die wichtigsten Selbstmanagement-Konzepte?  
3) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
4) Was ist Selbstmanagement-Förderung?

**Filmsequenz 2: Begriffe und Konzepte**  
5) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
6) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
7) Was ist Selbstmanagement-Förderung?

**Filmsequenz 3: Begriffe und Konzepte**  
8) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
9) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
10) Was ist Selbstmanagement-Förderung?

**Beobachtungsprotokoll**  
11) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
12) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
13) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
14) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
15) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
16) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
17) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
18) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
19) Was ist Selbstmanagement-Förderung?  
20) Was ist Selbstmanagement-Förderung?

**Selbstmanagement-Förderung soll bei Betroffenen und ihren Angehörigen**

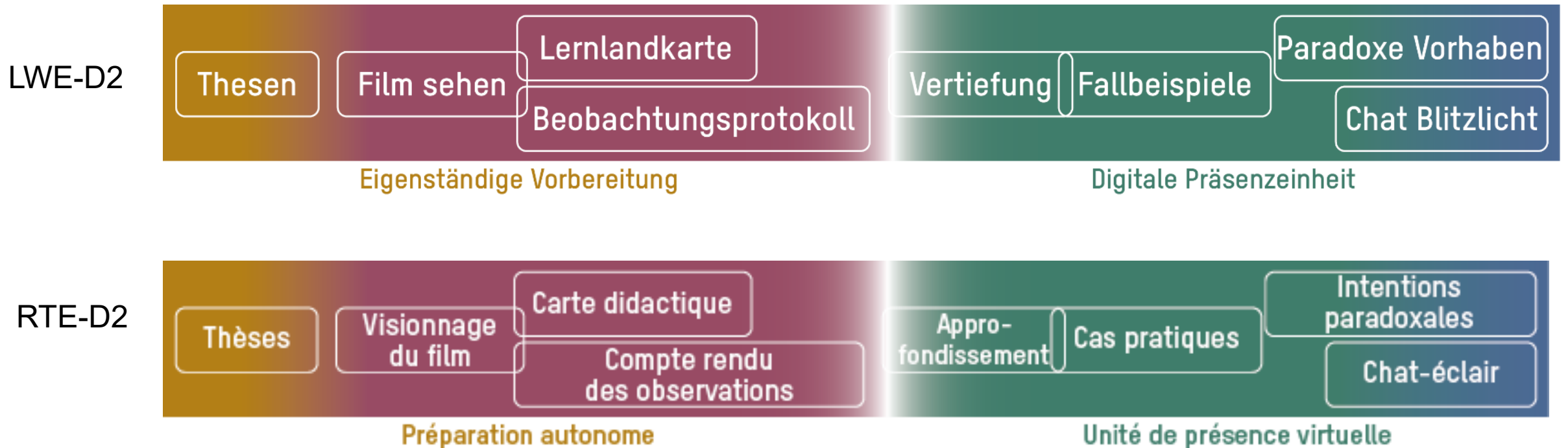
Wissen aufbauen → Motivation stärken → Handlungs-kompetenz entwickeln

Quelle: BAG, 2020

# Beispiel Aufbau Lernwegempfehlung (LWE) Exemple de structure pour les recommandations au type d'enseignement (RTE)



# Beispiel Aufbau Lernwegempfehlung (LWE) Exemple de structure pour les recommandations au type d'enseignement (RTE)



# (Lern)Materialien – zwei Beispiele

## Outils (didactiques) – deux exemples

Mat 1 – Zwei Bilder / Deux images

Mat 2 – Thesen / Thèses



# Fazit – Das Material besser kennenlernen

## Conclusion – Mieux connaître les outils



# Abschluss Clotûre

# Merci!

Feedback: [pgv@bag.admin.ch](mailto:pgv@bag.admin.ch)

→ [www.bag.admin.ch/self](http://www.bag.admin.ch/self)

