

Checkliste

Was muss ich mich selbst fragen...

...wie finde ich das für mich richtige Engagement ?

- ✚ Mein Selbstverständnis: warum will ich mich engagieren?
- ✚ Geht es mir um Kontakt mit anderen, um Anerkennung, um ein bestimmtes Thema?
- ✚ Für welche Personengruppe möchte ich mich engagieren (z. B. Kinder oder Jugendliche, Senioren, behinderte Menschen, Migranten, psychisch Kranke, Suchtkranke)?
- ✚ Was macht mir Freude? Die Tätigkeit sollte zu mir passen: Begleitung, Betreuung, Verwaltung, Freizeitgestaltung, Hilfestellung?
- ✚ Möchte ich lieber mit Gruppen oder einzelnen Personen arbeiten?
- ✚ Passt zu mir eher eine unterstützende Tätigkeit oder traue ich mir eine eigenverantwortliche Aufgabe zu?
- ✚ Was möchte ich *nicht* tun?
- ✚ Wie viele Stunden will ich tätig sein? Eher werktags oder am Wochenende?
- ✚ Will ich regelmäßig *oder* spontan eingesetzt werden?
- ✚ Möchte ich nur eine kurze Zeitspanne überbrücken, oder habe ich auch in einigen Monaten noch Zeit?
- ✚ Was bringe ich mit? Was kann ich gut? Welche Hobbies, Erfahrungen und Ideen habe ich?
Sprachkenntnisse, Kreativität, handwerkliches Geschick, Erfahrungen in Gruppen, Sport und Bewegung, Recht, Kenntnisse aus bestimmten beruflichen Bereichen, Musik/Singen, Haushaltsplanung, Kochen/Backen
- ✚ Wie belastbar bin ich? Wer fängt mich auf? Mit wem kann ich mich austauschen?

Checkliste

Machen Sie sich Gedanken...

...über Ihre Wünsche und Vorstellungen und denken Sie daran:

Was erwarten die Organisationen von mir?

- ✚ Das Ehrenamt ersetzt nie die Tätigkeit einer hauptamtlichen Fachkraft. Aber es unterstützt und ergänzt deren Arbeit. Der freiwillig Tätige wird eingeplant und er wird gebraucht.
- ✚ Daher sind neben einer guten Motivation und Einfühlungsvermögen in erster Linie Zuverlässigkeit und Beständigkeit unerlässlich.
- ✚ Im Umgang mit psychisch kranken Personen, mit Straffälligen oder Obdachlosen sollte man ausreichend belastbar sein. In der Arbeit mit Demenzkranken bietet sich der Besuch eines Kurses an, wenn man noch keinerlei Erfahrung in diesem Bereich mitbringt. Je nachdem, für welche Zielgruppe Sie sich einsetzen, werden Sie in unterschiedlicher Weise gefordert.