

## Volontär-Selbstbeurteilung

Bevor Du Dich für ein Volontariats-Einsatz vom Verein SABER Y CRECER im Studentenhaus PAKASHKA-SACHA entscheidest, ist es eine unabdingbare Voraussetzung, dass Du Dich selbst so gut wie möglich einschätzt. Dieser Fragebogen soll Dir helfen Dich auf das Leben und Arbeiten im Quellgebiet des Amazonas einzustimmen und vorzubereiten. Wir von der Seite SABER Y CRECER lernen Dich etwas besser kennen und einschätzen. Für uns ist es wichtig zu verstehen, ob Du den Anforderungen gewachsen bist und Dich in unsere Gemeinschaft einfügen kannst. Der Fragebogen stellt ein Hilfsmittel dar, Fehlentscheidungen und Enttäuschungen auf beiden Seiten möglichst von Anfang an zu vermeiden. Alle Informationen werden vertraulich behandelt und nach Abschluss des Volontariats vernichtet. Gerne nehmen wir Änderungswünsche und Verbesserungsvorschläge zum Fragenkatalog entgegen. Die Selbstbeurteilung ist ein integrativer Bestandteil vor einem Abschluss eines Volontärvertrages.

Der Bereich der Antworten gliedert sich in:

- ++ Sehr zutreffend
- + Trifft eher zu
- 0 Neutral / Keine Aussage möglich
- Trifft eher nicht zu -
- Unzutreffend

Wir bitten Dich, Deine Einschätzung anzukreuzen.

| Kriterien                       | Fragenkatalog   | ++ | + | 0 | - | -- |
|---------------------------------|---|----|---|---|---|----|
| <b>Allgemeine Zufriedenheit</b> | Ich bin mit meinem Leben zufrieden.   |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich bin auf der Suche nach einer speziellen Herausforderung.  |    |   |   |   |    |
|                                 | Unbekanntes und Neues zu entdecken ist mir wichtig.   |    |   |   |   |    |
|                                 | Allein-Sein bereitet mir Unbehagen.   |    |   |   |   |    |
| <b>Wissen, Anwendung</b>        | Ich kann mein Wissen anwenden und an andere Menschen weitergeben.                                     |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich spreche Spanisch mindestens auf der Stufe Grundkenntnisse.  |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich habe gute Englischkenntnisse.   |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich weiss, was ich kann und was nicht.  |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich lerne gerne neues dazu.   |    |   |   |   |    |
| <b>Initiative, Aktivität</b>    | Andere Menschen für etwas zu begeistern, macht mir Spass.   |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich bin eigeninitiativ und hilfsbereit.   |    |   |   |   |    |
| <b>Ausdauer, Belastbarkeit</b>  | Übertragene Aufgaben und Arbeiten mache ich grundsätzlich fertig.                                     |    |   |   |   |    |
|                                 | Arbeiten, die wenig Spass machen, wie putzen, aufräumen oder den Haushalt machen sind mir unangenehm. |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich brauche positive Rückmeldungen.   |    |   |   |   |    |
|                                 | Ich werfe nicht gleich den Bettel hin, wenn etwas nicht so ist, wie ich es gerne hätte.               |    |   |   |   |    |
| <b>Fleiss, Sorgfalt</b>         | Ich arbeite sorgfältig und genau.   |    |   |   |   |    |

|                     |  |  |  |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|--|--|--|
|                     | Mir ist das Endergebnis meiner Arbeiten wichtig. |  |  |  |  |  |
|                     |  |  |  |  |  |  |
| <b>Organisation</b> | Mein jetziges Leben ist gut organisiert.         |  |  |  |  |  |

| Kriterien                           | Fragenkatalog  | ++ | + | 0 | - | -- |
|-------------------------------------|--|----|---|---|---|----|
|                                     | Ich kann einen Tages- oder Wochenablauf für mich und für eine Gruppe erstellen.                                    |    |   |   |   |    |
| <b>Auftreten, Verhalten</b>         | Ich trete sauber und gepflegt auf.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Mit mir ist man gerne zusammen.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Mit Kritik kann ich umgehen.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich bin für andere Mitmenschen ein Vorbild in meiner Haltung.  |    |   |   |   |    |
| <b>Umgangsformen</b>                | Ich bin bestrebt, alle Menschen gleich zu behandeln.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich bin offen und ehrlich.   |    |   |   |   |    |
| <b>Kooperationen, Kontaktpflege</b> | Ich kann gut neue Kontakte knüpfen.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Bestehende Kontakte pflege ich regelmässig.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich habe langjährige Freundschaften.   |    |   |   |   |    |
| <b>Konfliktmanagement</b>           | Ich muss alles ausdiskutieren.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Konflikten weiche ich bevorzugt aus.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich habe mich auch in schwierigen Momenten im Griff und bleibe anständig (Ich werde nicht ausfällig).              |    |   |   |   |    |
|                                     | Es ist mir wichtig, dass mich alle gern haben.   |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich kann mich gut abgrenzen.   |    |   |   |   |    |
| <b>Solidarität</b>                  | Ich bin zu empathischen Gefühlen fähig.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich kann andere Sichtweisen übernehmen.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich weiss, was für andere gut ist und teile das mit.   |    |   |   |   |    |
| <b>Gruppendynamik</b>               | Ich bin aufgeschlossen gegenüber anderen Vorschlägen, Ideen und Meinungen.   |    |   |   |   |    |
|                                     | In einer Gruppe kann ich mich auch mit Leuten arrangieren, die mir nicht sympathisch sind und die ich weniger mag. |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich bringe meine Ideen und Meinungen in die Gruppe ein.  |    |   |   |   |    |
| <b>Durchsetzungsfähigkeit</b>       | Ich habe auch in einem mir unbekanntem Umfeld ein selbstsicheres Auftreten.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich kann mich auch in negativen und unangenehmen Situationen/Belangen angemessen durchsetzen.                      |    |   |   |   |    |
| <b>Selbstständigkeit</b>            | Ich finde mich leicht in neuen Situationen zurecht.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich löse Probleme kreativ und flexibel.  |    |   |   |   |    |
|                                     | Ich weiss mir in schwierigen Situationen zu helfen.  |    |   |   |   |    |

|                                   |  |   |   |   |   |   |
|-----------------------------------|--|---|---|---|---|---|
|                                   |  |   |   |   |   |   |
|                                   |  |   |   |   |   |   |
| <b>Ordnung, Sauberkeit</b>        | Persönliche Ordnung ist mir wichtig.   |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich halte mich und meine Unterkunft sauber.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich halte andere zur Ordnung an.   |   |   |   |   |   |
|                                   |  |   |   |   |   |   |
| <b>Weltanschauung</b>             | Ich weiss was ich will und was nicht.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich weiss, was für andere gut ist.   |   |   |   |   |   |
| <b>Kriterien</b>                  | <b>Fragenkatalog</b>   | + | + | + | 0 | - |
|                                   | Ich experimentiere gerne mit verschiedenen Lebensformen.   |   |   |   |   |   |
|                                   |  |   |   |   |   |   |
| <b>Freizeit, Sport</b>            | Ich mache gerne alleine und in Gruppen Sport.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich kann verschiedene sportliche Aktivitäten leiten und koordinieren.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich kann andere für Sport begeistern.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich lese gerne und kann mich längere Zeit mit einem Buch unterhalten.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ohne Socialmedia ( Whatsup, Facebook, Instagram etc.) kann ich nicht leben.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich brauche andere Menschen, um mich zu beschäftigen.  |   |   |   |   |   |
|                                   |  |   |   |   |   |   |
| <b>Kultur, Umfeld und Reisen</b>  | Ich bin interessiert an anderen Kulturen.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Als Volontärin in Ecuador bewerte ich kulturelle Unterschiede durchwegs positiv.   |   |   |   |   |   |
|                                   | Leben und Arbeiten im tropischen Klima (Hitze, Feuchtigkeit, Insekten, Reptilien und starker Regen) machen mir körperlich und seelisch nichts aus. |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich habe bereits Reiseerfahrung ausserhalb Europas.  |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich habe Angst krank zu werden.  |   |   |   |   |   |
|                                   |  |   |   |   |   |   |
| <b>Partys, Alkohol und Drogen</b> | Ich gehe gerne in den Ausgang und mache Party.   |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich konsumiere (regelmässig) Alkohol oder Marihuana, natürliche oder synthetische (illegale) Substanzen etc.                                       |   |   |   |   |   |
|                                   | Die Teilnahme an schamanischen Ritualen interessiert mich.   |   |   |   |   |   |
|                                   | Ich flirte gerne im Ausgang/auf Partys.  |   |   |   |   |   |

Auf der folgenden Seite sind vier mögliche Situationen beschrieben, die auf Dich als Volontär/in im Studentenhaus PAKASHKA-SACHA zukommen können. Bitte beschreibe kurz, wie Du das dargestellte Problem löst.



Situation 1: Es ist Dir klar, dass ein Student/ eine Studentin lügt. Alle anderen der Gruppe kennen die «wahren Begebenheiten», aber keiner hilft Dir.

|  |
|--|
|  |
|--|

Situation 2: Seit zwei Wochen spricht einer der Studenten/Innen nicht mit Dir. Er/Sie weicht aus.

|  |
|--|
|  |
|--|

Situation 3: Ein Student, eine Studentin kommt nicht zur vereinbarten Zeit ins Studentenheim zurück. Wie reagierst Du?

|  |
|--|
|  |
|--|

Situation 4: Ein Student, eine Studentin hält sich nicht an die vertragliche Vereinbarung mit SABER Y CRECER. Was machst Du?

|  |
|--|
|  |
|--|

Ich, (Name in Blockschrift) \_\_\_\_\_, habe meine Selbstbeurteilung wahrheitsgetreu nach bestem Gewissen ausgefüllt.