

## **Ergebnisse Gruppen-Übung zu Personas**

### **Präventionstag 2024 Prävention und Schadensminderung – mehr Gemeinsamkeiten als Gegensätze**

10. September 2024

Bern



## Hintergrund der Übung

Angebote werden oft basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, Evidenzen und Erfahrungen entwickelt. In der Regel werden diese für eine spezifische Zielgruppe entwickelt. Doch worauf stützen wir unsere Annahmen zur Zielgruppe? Wie kommen wir in Kontakt mit diesen, um zu erfahren, wer sie sind, wo sie sich im Leben gerade befinden, was sie beschäftigt und welches ihre Bedürfnisse sind? Angebote müssen nicht nur inhaltlich Sinn machen, sondern die Zielgruppe auch dort abholen, wo sie sich gerade befindet. Ein gutes Angebot nützt nichts, wenn die Zielgruppe es nicht als relevant erachtet.

Um diese Perspektivenübernahme anzustossen, haben sich die Teilnehmenden des Präventionstags in Kleingruppen mit einer möglichen Zielgruppe befasst. Am Ende der Veranstaltung haben sich die Kleingruppen noch einmal Gedanken dazu gemacht, was sie vom Tag mitnehmen für ihre tägliche Arbeit.

Konkret beschäftigten sich die Kleingruppen mit folgenden Fragen zu einer Zielgruppe:

- WER SIND SIE? Was beschäftigt sie aktuell? Welches ist die vorherrschende Grundstimmung? In welcher Lebensphase befinden sie sich? Wie ist die Wohnsituation? Welches sind Lieblingsbeschäftigungen, -orte, -musik etc.?
- WO STEHEN SIE? Welche Entwicklungen stehen bevor? Welche Themen beschäftigen aktuell?
- WAS BRAUCHEN SIE? Rahmenbedingungen, Haltung, konkretes Angebot etc. Und von wem?
- WIE KOMME ICH IN KONTAKT? Wie erfahre ich etwas über diese Person(en/gruppe)?

Nachfolgend finden Sie die Fotos der so entstandenen Stellwände.

## Fotos der Stellwände

### ZUGEZOGENE PERSONEN

Mit oder ohne Sprachkenntnisse  
Fehlendes Wissen zum Sozial- / Gesundheitssystem

#### WER SIND SIE?

Was beschreibt sie aktuell? Welches ist die wichtigste Gesundheitsproblematik? In welcher Lebensphase befindet sie sich? Wie ist die Wohnsituation? Welcher sind Lebenspartner/Partnerinnen, etc.?

#### WO STEHEN SIE?

Welche Entwicklungen stehen bevor? Welche Themen sind wichtig/aktuell?

#### WAS BRAUCHEN SIE?

Informationsquellen, Haltung, konkrete Angebote etc. Was ist wichtig?

#### WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erreiche ich diese oder diese Fachkräfte/Gruppe?

#### WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erkenntnisse, etc. Erlebnisse, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. nehme ich für meinen Berufsalltag mit diesen Personen mit?

**Persona**  
Mann  
40 Jahre jung  
aus Portugal  
Bauarbeit (Kleinfirma)

mit Sprachkennt.  
Familie mit  
2 Kindern + Frau  
14 + 7 Jahre  
Raucher

Arbeiten  
brüche  
Er: 7' - 1800  
Mo-Fr (Gitarre)  
Sie: unregelmäßig  
(PPTage)

Gerne mit  
Freunden &  
gut vernetzt  
im Wohnort

3-Zimmer-  
wohnung  
in Bümpliz

Kinder  
im Übergang  
17 J. → Lehre  
14 J. → denkt  
mit an seine  
Freunde

Fragen  
zu seiner  
Zukunft als  
Vorgänger

Der  
KJ hilft  
gelegentlich  
rauchen!

Wissen  
we verlässliche  
Infos abzuholen  
sind.

Kollegiales  
Austausch  
Gefäss

Zeit um  
Infos abzuholen  
+  
Austausch pflegt  
zu nutzen

Bedürfniss-  
gemeinte  
Unterst.

Arbeits-  
platz

Durch  
Schlüsselpers.  
in ihrer  
Lebenswelt

Freizeit-  
Bereiche

Freiwillige  
Quartiertreffs  
Gemeind/  
Kontaktsuchen

Wissens-  
transfer der  
Untersch. Stellen  
bepfl. Schulaktionen

Teilbereiche  
der Entscheidung  
als Teil der Autonomie

Nähe zur  
Bezugsgruppe

positive  
Fehlerkultur  
in Stellen/Themen  
übergreifend

# EINTRITT PFLEGE- INSTITUTION / ALTERSZENTRUM

## WER SIND SIE?

Wohin beschaffen sie sich? Wo stehen sie in der Lebensphase?  
Wohin gehen sie? In welche Richtung gehen sie?  
Wie ist die Wohnsituation? Welche sind die  
Lieblingseisen? (Garten, Tiere, ...)

Einsam

Gesundheitlich  
Belastet  
(chronisch oder akut)

## WO STEHEN SIE?

Welche Entscheidungen stehen bevor? Welche können  
bereits getroffen sein?

Verlust

Wissen um die  
"letzte Station"  
(im Leben) warten

Dinge regeln /  
abschließen

## WAS BRAU- CHEN SIE?

Rechenbedingungen, Förderung, Kontakt, Angebot und  
Unterstützung

Begleitung, Information  
kompetente  
Gesundheits-  
versorgung

individuelle Bedürfnisse  
berücksichtigen  
Animation, Gespräch  
→ Einzel

sozialer  
Nexus  
Perspektive

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie werden ich und die Pflegeeinrichtung  
verbunden?

Gesprächsrunden  
→ Animation  
Interviewe

Beratungsangebot  
(aufsuchend)  
bzw. vor Ort

Besuchs-  
angebot

## WAS NEHME ICH MIT?

Wohin gehen sie? Wohin gehen sie? Wohin gehen sie?  
Wohin gehen sie? Wohin gehen sie? Wohin gehen sie?  
Wohin gehen sie? Wohin gehen sie? Wohin gehen sie?

# (SCHUL-)SOZIAL-ARBEITENDE

Multiplikator:innen

## WER SIND SIE?

Was beschreibt sie/ihn? Woher ist die/der/die/r berufliche Grundorientierung? In welcher Lebensphase befinden sie/er? Wie ist die Lebenssituation? Was sind die besonderen Bedürfnisse?

- Kindheit Jugend als Zielgruppe
- Selber Erwachsenen-alle
- zu wenig Stellenangebote - überlastet
- Einzelkämpfer - Bindeglied - unklare Rolle

## WO STEHEN SIE?

Welche Tätigkeiten haben sie/er? Welche Themen beschäftigen sie/er?

- Gewalt - Medien - Krisenintervention - psych. Themen
- Spannungsfeld Schül:er:in:nen - Kind:er:in:nen - Beteiligte
- unklare Rolle - Zuständigkeiten
- relativ - neues Arbeitsfeld - SSAV wenig präsent

## WAS BRAUCHEN SIE?

Welche Ressourcen? In welcher Rolle? Welche Aufgaben? Welche Unterstützung?

- genügend Ressourcen - klare Zuständigkeiten/Rolle
- bankrotte Einrichtung (analog Lehrpersonen)
- Vernetzung - Case Management - Träger stärken
- Beratung - fachspez. Unterstützung - WB - Austausch

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie wird die Kontaktaufnahme initiiert? Woher? Wie?

- persön. Kontakt -> Vernetzung -> Treffen -> SSA
- Kant SSA-Treffen - Tagungen
- Veranstaltungen in der Schule
- Verstärkte interne Zusammenarbeit

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Werte, Einstellungen, Motivation, Reflexion? Welche Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kompetenzen? Welche Ressourcen? Welche Bedürfnisse? Welche Unterstützung?

- Direkten Kontakt zu SSA pflegen
- TikTok / Social Media verstehen







# VERLUST DER ARBEITSSTELLE

Tagestruktur, soziale Beziehungen, finanzielle Fragen

## WER SIND SIE?

Was beschäftigt sie aktuell? Wofür ist die vormalige Arbeit/berufliche Tätigkeit in welcher Lebensphase hilfreich und wie ist die Arbeitslosigkeit? Was sind die Bedürfnisse? (siehe, muss etc.)



## WO STEHEN SIE?

Welche Bedingungen stellen sich? Welche Chancen beschreiben sich?



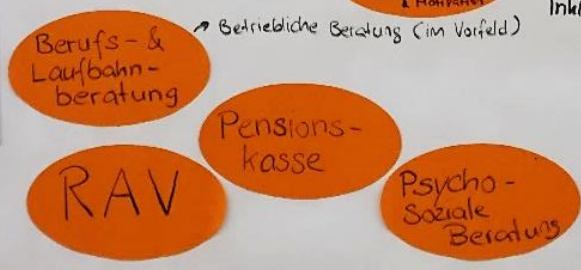
## WAS BRAUCHEN SIE?

Normenbedingungen, Hilfen, Kontakt, Angebot etc. sind von wem?



## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie oft und mit wem? (siehe, muss etc.)



## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Infos, Ressourcen, etc. (siehe, muss etc.)

AG 4: unermesslicher Wille - Urteilsfähigkeit - Dilemma  
Informationen, um Entsch. zu treffen

Podiumsdiskussion:  
"Einsatz" von Betroffenen doch nicht ganz überholt?  
→ Emotion an erster Stelle, dann Information, Sensibilisierung etc.  
oder Süßigkeiten verteilen?



# LEHRPERSONEN

Multiplikator:innen

## WER SIND SIE?

Was beschreibt sie/den/die? (Wohin ist die vorherige Bildung / Grundstimmung? In welcher Lebensphase befinden sie/sie? Wie ist die Wohnsituation? Woher sind die/du/sie? (Beruf, Ausbildung, etc.)

immer viel los / gef-über-fordert  
 frustriert sein  
 keine Fachausbildung

## WO STEHEN SIE?

Welche (Praxis)aufgaben haben sie? Welche Themen beschäftigen sie/sie?

Delegation an ext. Experten  
 Systemischer Konzept entwickeln  
 viel Wechsel hier-her selbst v.letzen  
 vs. Auftrag LP 21

## WAS BRAUCHEN SIE?

Wohnsituationen, Haltung, Instrumente, Angebote, etc. (und warum?)

Was beinhaltet z.B. Stadtprävention? → überford. Kom. Anlaufpunkte ...  
 Digitale Medien - Umgang - Chancen + Risiken  
 Commitment der Schul- & Leitung  
 Zeit + Geld

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erfolgt die/du/sie über diese Parallelsitzgruppe?

Via SL/SSA Networking/Newsletter  
 Konkrete Angebote (Mind markers, Schulnetz, Spielzeugfreie Kindergruppen)  
 über Seminarspektakel, Vernetzung mit Gruppen zwischen PH  
 JN 21 → KONTAKT-PERSONEN WS/Rolle  
 Weiterbildungen Schulpraktik an PH PHH: Berufseinführung

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erkenntnisse, Aha-Erlebnisse, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, etc. etc. nehmen sie für mich/beruf/Alltag mit dieser Parallelsitzgruppe?

RISIKO-KOMPETENZ - Individ. & LP/Ecken → Verantwortung  
 Risikodefizite - können - bewerten - Konsequenzen und Maßnahmen  
 auch LP als Multiplikator:innen nutzen

# MITARBEITENDE IN GASTROBETRIEBEN / FESTIVALS

Multiplikator:innen

## WER SIND SIE?

Wozu beschäftigen sie aktuell? Wozu ist die vorhergehende Grundausbildung? In welcher Lebensphase befinden sie sich? Was ist die Altersstruktur? Welche u.a. Lernpräferenzen, -stile, -umstände?

## WO STEHEN SIE?

Welche Einrichtungen stehen bereit? Welche Rahmenbedingungen sind gegeben?

## WAS BRAUCHEN SIE?

Fortbildungsstellen, Höherer, kontinuierlicher Angebot etc. Und warum?

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie ist der Kontakt über den "Beratungsgeber"?

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erkenntnisse, Also Erkenntnisse, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. nehme ich mit? Welche? Woher? Wie? Was ist das? Warum?

Hohe Fluktuation

arbeiten dann, wenn andere frei haben und umgekehrt

Student:innen (Lernende)

Diverse Gruppe

- Servicepersonal  
- Köch:innen  
- Hilfskräfte

Sehr unterschiedliche Ressourcen (sozial, finanziell, kognitiv)

Stressbelastetes Arbeitsumfeld

Schulung Workshop Jugendschutz

Rahmenbedingungen/ Haltung/ Konkrete Angebote

BGM

↑

Akquise-Gespräch mit Ausbilder:innen HR

Befragung von Lernenden über Berufswahl

# ELTERN JUNGER ERWACHSENER

Empty Nest, Auszug der Kinder, Beziehung zur Partner:in

## WER SIND SIE?

Was beschäftigt sie aktuell? Welches ist die vorherrschende Grundstimmung? In welcher Lebensphase befinden sie sich? Wie ist die Wohnsituation? Welches sind Lieblingsbeschäftigungen, -orte, -musik etc.?

## WO STEHEN SIE?

Welche Entwicklungen sehen bevor? Welche Themen beschäftigen aktuell?

*Kinder, die nicht anschieben mit selbständig werden zu*

## WAS BRAUCHEN SIE?

Rahmenbedingungen, Haltung, konkretes Angebot etc. Und von wem?

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erreiche ich sie/wie über diese Person (engstimmig)?

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Photos, Erinnernisse, Anz-Ereignisse, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. nehme ich für meine(r) Berufs/Weg mit diesen Personen mit?



# ELTERN VON JUGENDLICHEN

## WER SIND SIE?

Wie beschreibt sie aktuell? Woher ist die vorherrschende Grundeinstellung? In welchen Lebensphasen befinden sie sich? Wie ist die Lebenssituation? Welche sind Lebensabsichtsprüfung, -ziele, -wünsche etc.?

## WO STEHEN SIE?

Welche Erwartungen stellen sie auf? Welche Themen beschäftigen aktuell?

## WAS BRAUCHEN SIE?

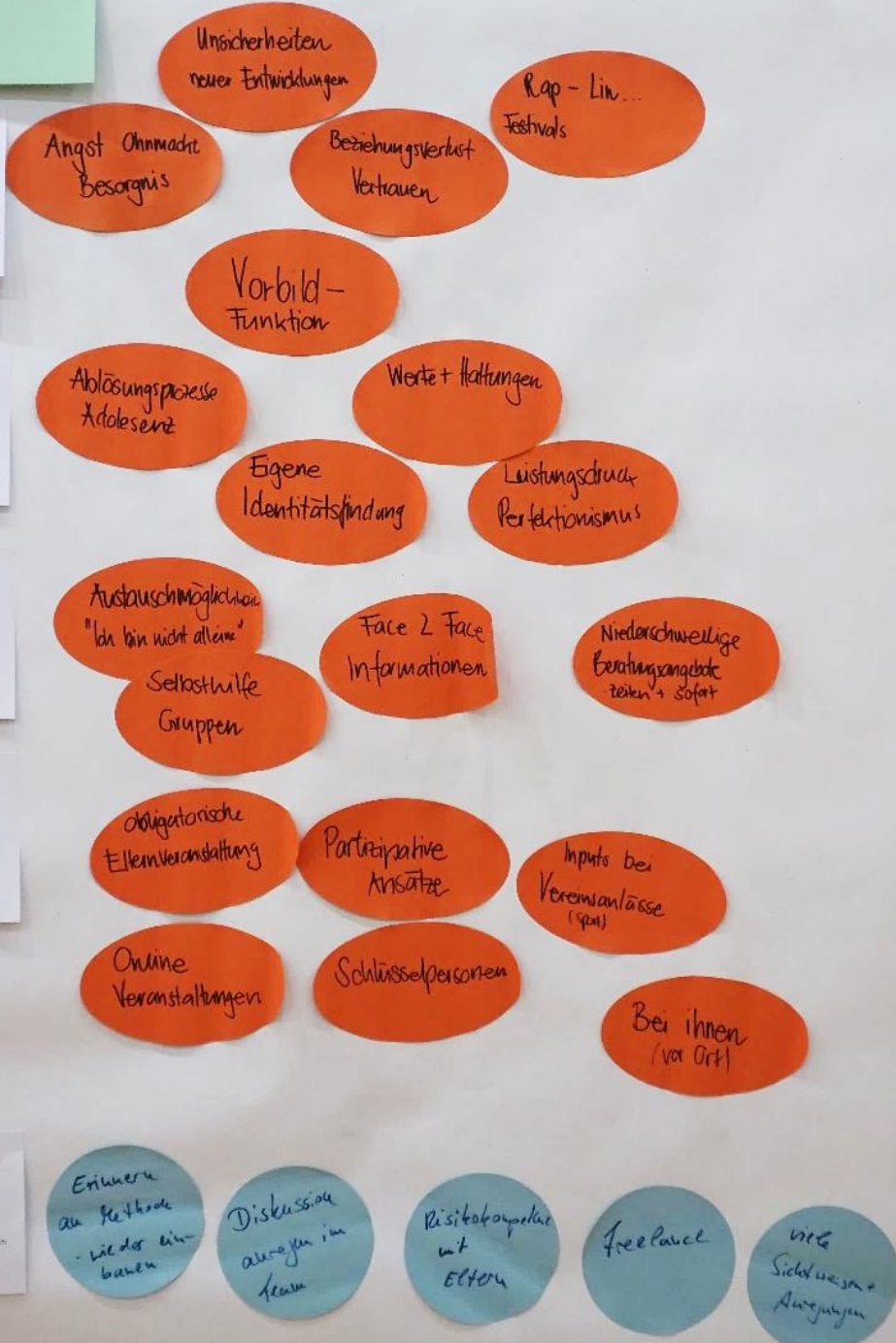
Flughilfenleistungen, Beratung, Kurs oder Angebot etc. (Was von wem?)

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erhalte ich Kontakt über diese Person (Angehörige)?

## WAS NEHME ICH MIT?

Wann ist eine, Erkennung, Also, Freizeitsport, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, "Was ich, nehme ich für mich? Bewußt, Selbst mit diesen Personen mit?"





**KINDHEIT**  
Schulzeit, erste Hobbys, erste Freundschaften

**WER SIND SIE?**  
Wie beschreibt sie aktuell? Welche ist die wichtigste? Beschreibung? In welcher Lebensphase befindet sie sich? Was ist die wichtigste? Welche sind Lebensbeschreibungen, Werte, Hobbys etc.?

**WO STEHEN SIE?**  
Welche Einstellungen stehen dazu? Welche Themen beschäftigen aktuell?

**WAS BRAUCHEN SIE?**  
Rahmenbedingungen, Haltung, Know-how Angebote etc. (je nach Alter)

**WIE KOMME ICH IN KONTAKT?**  
Wie kann ich mich über diese Person/gruppe?

**WAS NEHME ICH MIT?**  
Welche Inhalte, Erfahrungen, Konzepte, Rollen, Überzeugungen, aktuelle Erfahrungen, Ideen etc. haben sie für mich? Welche sind für mich relevant?

**Handwritten Notes (Orange Circles):**

- Ressourcen (große Unterschiede)
- soziale Ungleichheit
- Verunsichert (Krisen)
- Identität
- Zugehörigkeit
- Bildungswege
- Freundschaften
- Hobbys
- Strukturen
- Unterstützung
- Niedersteckigkeit
- Vorbilder
- Bezugspersonen
- Halt
- Kontext
- Räume
- Schule & Hort
- Bezugspersonen
- Kinder- & Jugendarbeit
- Verein

**Handwritten Notes (Green Circles):**

- Viel mehr Partizipation
- Vernetzung nutzen (z.B. für Press)
- Schadensminderung & Prävention → weiterdenken & vertiefen

# FACHPERSONEN (KINDER-)BETREUUNG

Multiplikator:innen

## WER SIND SIE?

Wohin beschreiben sie sich selbst? Was ist die gemeinsame Zielsetzung? In welchem Interaktionsfeld arbeiten sie? Wie ist die Struktur der T.W. in der Arbeit? Welche Aufgabenstellungen sind relevant?

Sozial-  
arbeiter  
(Sek)

FaBe  
(Pädagog,  
z.T. Sek,  
Kita)

Über-  
einsteiger  
de (z.B.  
Spielplatz)

Vorurteil  
+ Wert-  
schätzung

## WO STEHEN SIE?

Welche Entwicklungsrichtungen sind für Welche Themen ausfallig?

Profe-  
SSIONALISIERUNG  
sich  
wäre sich  
charakter  
sich findet

Ressour-  
cen-  
knappheit

Fach-  
personen  
mangel

## WAS BRAUCHEN SIE?

Führungsbefugnisse, Haltung, strukturelle Angebote und Umfeld

Work-  
freie  
Haltung

bessere  
Rahmen-  
bedingungen

Wert-  
schätzung

Profe-  
sionelle  
Leitung

Ver-  
letzung

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erhalte ich einen guten Kontakt zu den Personen?

Schule

Gemein-  
schafts-  
zentrum

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Zusammenhänge, Mit-Entscheidungen, Bedürfnisse, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. sind relevant für meine Arbeit mit diesen Personen?

# JUNGE FAMILIE

Familiengründung, kleine Kinder, Elternschaft, Schwangerschaft

---

## WER SIND SIE?

Was beschreibt sie am besten? Welches ist die vorherrschende Grundstimmung? In welcher Lebensphase befinden sie sich? Was ist die Vision/Angebot? Welche sind Lieblingsbeobachtungen/-erlebnisse etc.?

- Umbruch Identitätssuche
- Erwartungen der Gesellschaft

---

## WO STEHEN SIE?

Welche Erwartungen stehen bevor? Welche Themen beschäftigen sie?

- Geldsorgen
- „Wahl“ der Kinderbetreuung
- Teilung der Lohn/Carer Arbeit

---

## WAS BRAUCHEN SIE?

Flutmasse/Angebot, Forderung, konkretes Angebot etc. Und von wem?

- gratis Kitaplätze / Tagis
- flexible Betreuungsmöglichkeit (z.B. am Arbeitsplatz)
- „Sounterräume“ für 28 Stunden
- Kinderefreundliche Haltung in z.B. im Alltag
- Online Angebote anbieten
- „Soziale“ Interaktion im Angebot in dieser Phase
- Varietas z.B. in Form von Workshops, auch freizeitspezifisch
- Über Wochen beibehalten, in BS verteilen
- Angebot mit Kinderbetreuung

---

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erfahrungen, Anreize, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. Welche ist für mich am wichtigsten? Welche sind die wichtigsten?

- Mit/Verbreitung
- Schwierigkeit Zugänge zu erreichen
- Partizipation
- Vulnerable Lebensphase



# ARBEITGEBENDE / LEHRMEISTER:IN

Multiplikator:innen

## WER SIND SIE?

Was beschreibt Sie, wie sieht sie/er aus, in der unbewusstenden Grundstimmung? In welcher Lebensphase befindet sie/er sich? Wie ist die Wohnsituation? Welche sind die Lieblingsbeschäftigungen, -zeiten, -aktivitäten?

sehr heterogen

Fachkräfte  
mangel

## WO STEHEN SIE?

Wo sind die Schwächen, in welchen Bereichen? Welche Themen beschäftigen sie/er?

Leistungsdruck  
Stress  
psy G.

Themen  
weit weg

Verankerung?



## WAS BRAUCHEN SIE?

Wann sind die Aufgaben, in welcher Form, wie wird sie/er unterstützt?

konkrete Angebote  
praxisnah

wenig Aufwand

Augenhöhe  
leichte Sprache

Thema  
in Ausbildung implementieren

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie ist die Situation über die Person (Sprache)?

Relevanz aufzeigen

Türöffner:innen

bei Vorfällen

durch BGM

MBA

OdAs

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erfahrungen, Arbeitserfolge, Reflexionen, Überlegungen, Hinweise, Erfahrungen, Ideen etc. nehme ich für mich? (Beruf) (Woh) mit dieser Person:in?

untersch.  
Haltungen  
einnehmen  
(Funktion)



# FRÜHE KINDHEIT

Vorschulalter, Kleinkind, 0-4 Jahre

## WER SIND SIE?

Was beschreibt die aktuelle Situation, ist die vernetzte Familie Grundbedingung? In wie starkem Zusammenhang befinden sie sich? Was sind die wichtigsten Ressourcen und Leistungsbedingungen, -orte, -muskeln etc.?

- Sichere Bezugspersonen
- Bindung
- neugierig
- spielen (& dadurch lernen)

## WO STEHEN SIE?

Welche Einflüsse stehen bevor? Welche Chancen/Bedingungen existieren?

- Erste Kontakte mit Umweg, Gleichaltrigen
- abhängig
- Grundbedürfnisse gedeckt

## WAS BRAUCHEN SIE?

Subjektive Erfahrungen, Haltung, konkretes Angebot etc. Was ist das?

- bewusste Aufmerksamkeit Interaktion
- Zuwendung
- anregende Lebenswelt Erfahrungsraum
- Sicherheit

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie komme ich dazu, die Person/Gruppe zu erreichen?

- Durch Bezugspersonen
- Kitz Spielplätze Elki-Angebote
- Gesundheitspersonal
- Quartierangebote

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erfahrungen, Absichten, Reflexionen, Einstellungen, Ressourcen, Erfahrungen, Ideen etc. können über die Zeit mit der Person/Gruppe weitergegeben werden?

# JUGENDALTER

Eintritt in die Arbeitswelt, Lehrstelle, Studienbeginn,  
Ausbildung, Berufswahl  
Sport, Verein, Hobbies  
Ausgang, Festivals, Party, Nightlife  
Pubertät

## WER SIND SIE?

Was beschreibt sie aktuell? Welches ist die vorherrschende  
Stimmung? In welcher Lebensphase befinden sie sich?  
Was ist die Normierung? Was sind  
Lebensbedingungen, -orte, -musik etc.?

Sehr  
Unterschied-  
lich  
-Stadt-Land

Herkunft  
Familie,  
Umfeld

14-19

digitale  
Medien, Themen

## WO STEHEN SIE?

Welche Entwicklungen stehen bevor? Welche Themen  
bauen drängen voran?

Wer bin  
ich?

Wohin?  
Was?

Identität

Pubertät  
Körperveränd-  
erung

## WAS BRAU- CHEN SIE?

Rahmenbedingungen, Haltung, konkretes Angebot etc.  
Was ist wichtig?

Umfeld,  
dass das  
obige zu  
lässt

Umfeld,  
das Freiheiten  
Entwicklungen  
zu lässt

pos Fehler-  
kultur

Vertrauen

Unterstützung

Vielfalt  
von  
Angeboten

Akzeptanz

Wissens-  
vermitteln

Vorbilder

Vermittlung  
von Werten u.  
Haltungen

Resilienz

Raum/Ort

## WIE KOMME ICH IN KONTAKT?

Wie erfolgt es, was ist dabei Persönlichkeits?

durch  
Gespräche

ähnliches  
Interesse

Wert raumers-  
würdige  
Haltung/Person

Begegnung  
auf Augenhöhe

nicht/selten  
(be) vor-urteilt

Partizipation

Peers

Eintauchen  
in ihre  
Lebenswelt

durch Sport  
Verein, Berufsberatung  
etc

die Experten  
ihres Lebens

Vernetzung

## WAS NEHME ICH MIT?

Welche Inhalte, Erkenntnisse, Fähigkeiten, Reflexionen,  
Überzeugungen, -weisen, -erkenntnisse, -weisen etc.  
nehmen sie mit? Welche sind die wichtigsten?