

# CHECKLISTE FÜR TEILNEHMENDE IM FWD



## Impressum

### Paritätischer Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.

#### Kompetenzzentrum Freiwilligendienste

Försterstraße 39

66111 Saarbrücken

Fon +49 (0)681-3885-292 oder -293

Fax +49 (0)681-3885-294

E-Mail: [info@paritaet-freiwilligendienste.de](mailto:info@paritaet-freiwilligendienste.de)

[www.paritaet-freiwilligendienste.de](http://www.paritaet-freiwilligendienste.de)

Landesgeschäftsführer: Michael Hamm

Redaktion:

Melanie Müller (Leitung Freiwilligendienste)

Sabine Müller (Bildungsreferentin)

Vereinsregister:

Amtsgericht Saarbrücken, Registernummer: VR2490

**März 2021**

**Eine Vervielfältigung für den internen Gebrauch ist nur mit Genehmigung des Herausgebers erlaubt. Eine Weitergabe an Dritte zur externen Verwendung ist nicht zulässig.**

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



## Vorwort

Liebe Freiwillige,

nun ist es endlich soweit und ihr fangt mit eurem Freiwilligendienst an. Schön, dass ihr hier seid und dass ihr euch dazu entschlossen habt, euch ein Jahr zu engagieren.

Erst mal möchten wir uns euch als euren Träger vorstellen. Wir sind das Kompetenzzentrum Freiwilligendienste im Paritätischen Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.. Von unserem Sitz in Saarbrücken aus sind wir für alles rund um euren Freiwilligendienst zuständig. Ob das nun die Einsatzplatzvorschläge, die Verträge, die Seminare und Bildungstage, eure Ansprechpartner\*in für Probleme in der Einrichtung oder die Abschlussbescheinigung ist – wir stehen euch zur Seite. Jede\*r Freiwillige ist einer bestimmten Gruppe zugeordnet – meistens der Region, in der er\*sie arbeitet. Diese Gruppe hat auch eine Gruppenleitung, die für euch auch außerhalb der Seminare und Bildungstage zuständig ist. Am besten speichert ihr euch die Telefonnummern und E-Mail-Adresse eurer Gruppenleitung direkt im Handy ein.

Nun haltet ihr die Checkliste für Teilnehmende im Freiwilligendienst in den Händen. Wir wollen versuchen, euch anhand dieses Heftes durch euer Jahr zu begleiten. Wir zeigen euch die verschiedenen Phasen auf, die ihr in eurem Dienst durchlauft. So habt ihr eine kleine Hilfestellung zu geben und könnt vielleicht erste Unklarheiten abbauen.

Solltet ihr Fragen haben, könnt ihr euch natürlich jederzeit an uns wenden. Einiges könnt ihr aber auch in dem Heft „FSJ A-Z“ und „BFD A-Z“ nachlesen. Dieses erhaltet ihr mit der Einladung zur „Willkommensveranstaltung“.

Und nun viel Spaß beim Durchblättern. Wir wünschen euch einen schönen und spannenden Freiwilligendienst!

Euer Team aus dem Kompetenzzentrum Freiwilligendienste.

## Anfangsphase (1.-4 Monat)

### Die erste Zeit

Insbesondere ganz am Anfang wird eure Arbeit viel aus Zuschauen und Hilfstätigkeiten bestehen. Im sozialen Bereich lernt man viel durch Beobachten und Nachmachen. Nehmt es euch also nicht zu Herzen, wenn ihr anfangs nicht so viel selbst machen könnt – eure Zeit wird kommen. Lernt die Arbeit und vor allem die Arbeitsschritte nach und nach kennen und versucht diese zu verinnerlichen. Traut euch auch ruhig, Fragen zu stellen - das bringt euch weiter. Versucht auch, Kritik nicht als Kritik an eurer Person zu verstehen, sondern nur an eurem Verhalten.

Ein kleiner Tipp: schreibt euch für jeden Tag die Arbeitsabläufe auf, damit ihr immer wieder reinschauen könnt, falls ihr etwas nicht mehr wisst. Wenn ihr euch die Namen der Personen, für die oder mit denen ihr arbeitet, nicht so gut merken könnt, empfiehlt es sich diese in Verbindung mit einer Eigenschaft aufzuschreiben.

### Probezeit

Wie bei jedem neuen Arbeitsvertrag habt auch ihr als Freiwillige am Anfang eures Dienstes eine sogenannte Probezeit. Diese beläuft sich im FSJ auf 12 Wochen und im BFD auf 6 Wochen. Innerhalb dieser Zeit könnt sowohl ihr als auch die Einsatzstelle ohne Angaben von Gründen kündigen.

Die Probezeit ist dazu da, sich in die Arbeitsstrukturen einzufinden, die täglichen Abläufe kennenzulernen und die generelle Arbeit zu verstehen. Dies erfolgt nicht nach einem Tag und ist auch nicht eure alleinige Aufgabe. In eurer Einsatzstelle sollte stets ein\*e Mitarbeiter\*in da sein, um bei Fragen behilflich zu sein.

Außerdem kann es zu Beginn eures Freiwilligendienstes sehr hilfreich sein, eure zukünftigen Aufgaben aufmerksam zu beobachten und euch die Vorgehensweise Anderer anzueignen. In der Arbeit mit betroffenen Personen (je nachdem wo ihr arbeitet: Kinder, alte Menschen, Menschen mit Behinderung etc.) ist es wichtig, auf eben diese einzugehen, ihre Wünsche und Bedürfnisse zu beachten und gleichzeitig die Balance zwischen Nähe und Distanz zu wahren.

### Anleitung

In eurer Einrichtung solltet ihr mindestens eine Anleitung haben, die euer\*e Ansprechpartner\*in bei Problemen und Fragen bzgl. eures Freiwilligendienstes ist. Sie sollte euch auch insbesondere in den ersten Tagen in eure Aufgaben einweisen und euch alles zeigen, was ihr für eure Arbeit braucht.

### Krankmeldung

Am besten erkundigt ihr euch mit Dienstbeginn darüber, wie ihr euch ordnungsgemäß auf der Arbeit krank zu melden habt und ab wann ihr eine Krankmeldung benötigt. Normalerweise müsst ihr euch vor Dienstbeginn telefonisch in der Einsatzstelle abmelden. Je nachdem benötigt ihr dann einen Krankenschein bereits ab dem 1. oder 3. Krankheitstag.

Solltet ihr auf einem Seminar/an einem Bildungstag krank sein, dann meldet euch bitte bei der jeweiligen Gruppenleitung krank und geht danach direkt zum Arzt. An Seminaren und Bildungstagen benötigt ihr nämlich immer einen Krankenschein direkt ab dem 1. Fehltag.

### Einsatzstellenwechsel

Ein Einsatzstellenwechsel ist im Freiwilligendienst nicht vorgesehen. Sollte es aber zwischen euch und eurer Einsatzstelle nicht passen, unterstützen wir euch bei der Suche nach einer anderen Einsatzmöglichkeit.

### Seminare und Bildungstage

Zu eurem Freiwilligendienst gehört die Teilnahme an Seminaren und Bildungstagen. An den Seminaren könnt ihr euch keinen Urlaub nehmen, denn es handelt sich hierbei um Pflichttermine. Ihr werdet diese Termine in der Regel in einer festen Gruppe mit einer festen Gruppenleitung haben. Diese wird euch als Ansprechpartner\*in während des Seminars mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Während der Seminare habt ihr die Möglichkeit, verschiedene Bereiche im sozialen, politischen, aber auch im kulturellen Kontext kennen zu lernen. Ihr werdet verschiedene Hospitationen in sozialen Einrichtungen absolvieren. Der Hauptfokus dieser Seminare soll aber auf dem Austausch der Freiwilligen untereinander liegen.

### Medikamenten- und Spritzenverabreichung

Dadurch, dass ihr keine ausgebildete Fachkraft im medizinischen Bereich seid, dürft ihr den Patient\*innen und Klient\*innen weder Spritzen noch Medikamente verabreichen. Solltet ihr das in eurem Freiwilligendienst doch machen müssen, dürft ihr das jederzeit verweigern. Wenn das öfter von euch gefordert wird, setzt euch bitte umgehend mit eurer Gruppenleitung in Verbindung.

### Abmahnung

Ihr habt als Freiwillige nicht nur Rechte, sondern auch Pflichten. Bitte achtet deshalb stets darauf, dass ihr euch korrekt verhaltet. Meldet euch immer ordnungsgemäß krank, geht nicht betrunken auf die Arbeit und haltet euch auch ansonsten an die Regeln. Ein mehrmaliger Verstoß der Regeln kann unter Umständen zu einer Abmahnung führen. Solltet ihr zwei Mal eine Abmahnung aus dem gleichen Grund bekommen, kann dies auch zu einer Kündigung führen.

### Überforderung

Im sozialen Bereich steht man immer in Kontakt mit Menschen und leistet oftmals Hilfe zur Selbsthilfe. Hier ist es immer hilfreich zu kommunizieren. Ein Beispiel aus dem Bereich der Pflege (Toilettengänge, waschen etc.): es ist nicht falsch, aufgeregt oder zunächst überfordert zu sein. Allerdings sollte man immer beachten, dass man etwas für eine andere Person macht und somit nicht alleine mit der Situation ist. Man kann immer nachfragen, wie andere Mitarbeiter\*innen in solchen Situationen vorgehen, was man machen kann und was nicht, was für die andere Person vielleicht schmerzhaft/unangenehm sein könnte usw. (wichtig: sich über die Selbstbestimmung der betroffenen Person bewusst sein und diese zu akzeptieren).

Ihr solltet euch auch darüber im Klaren sein, dass ihr euch jederzeit Hilfe einfordern könnt. Ebenso müsst ihr euch bewusst sein, dass ihr manchmal einen Fehler machen werdet, für den ihr von eurer Anleitung Kritik einstecken müsst. Diese Kritik solltet ihr auch annehmen können, denn es ist in der

Regel keine Kritik an eurer Person, sondern an eurem Verhalten. Dies könnt ihr dann im besten Fall ändern.

### **Mittelphase (4.-8.Monat)**

#### Verselbstständigung

Mittlerweile sollten euch die Arbeitsabläufe weitestgehend bekannt sein und ihr solltet auch eure Aufgaben kennen. Gewisse Dinge solltet ihr nun auch alleine können, ohne dass euch eure Anleitung dabei begleiten bzw. darauf hinweisen muss. Hierbei solltet ihr euch auch immer wieder Gedanken über euer eigenes Handeln machen und versuchen, eure Arbeit selbstständig zu reflektieren. Natürlich könnt ihr dabei auch gerne auf die Meinungen der Mitarbeiter\*innen zurückgreifen und diese um Rat fragen.

#### Eigenes Projekt im Freiwilligendienst

Da ihr inzwischen ja mit den meisten Arbeitsabläufen vertraut sein solltet, könntet ihr mit eurer Anleitung darüber sprechen, ob ihr auch ein Projekt in eurer Einrichtung machen wollt. Dieses Angebot ist natürlich freiwillig und ihr müsst es nicht zwingend machen. In einigen Einrichtungen ist dies auch aufgrund der Klientel und den strukturierten Tagesabläufen leider nicht möglich.

Das Projekt kann z.B. ein selbst geplanter Backnachmittag, ein Vorlesewoche zu einem bestimmten Thema oder ein Bastelprojekt zu einer gewissen Jahreszeit sein. Was ihr macht, bleibt komplett euch überlassen, aber natürlich müsst ihr euer Projekt mit eurer Anleitung absprechen.

Als Hilfestellung zu eurem eigenen Projekt haben wir auch ein Projektheft entworfen, das wir euch auf Anfrage gerne in digitaler Form zur Verfügung stellen. Dieses soll euch bei eurem Vorhaben unterstützen, aber euch auch im Rückblick auf eure Durchführung behilflich sein.

Außerdem freut sich eure Gruppenleitung, wenn sie, nachdem ihr das Projekt durchgeführt und verschriftlich habt, das Projektheft zugeschickt bekommt. Ihr bekommt dann ein Zertifikat von uns ausgestellt, welches ihr auch bei Bewerbungen dazulegen könnt.

#### Plus-/Minusstunden

In der Mittelphase eures Freiwilligendienstes solltet ihr insbesondere ein Augenmerk auf euer Zeitkonto legen. Ihr solltet nach Möglichkeit keine Minusstunden haben und wenn doch, besprecht bitte mit eurer Anleitung, wie ihr diese nacharbeiten könnt. Solltet ihr Überstunden haben, überlegt mit eurer Anleitung, in welcher Form ihr diese abbauen könnt. Am Ende eures Freiwilligendienstes solltet ihr nach Möglichkeit auf ‚0‘ rauskommen, denn es kann euch weder mehr noch weniger Gehalt überwiesen werden.

#### Feedbackgespräch

Nach ca. 6 Monaten könnt ihr eure Anleitung gerne um ein Feedbackgespräch bitten. In diesem Gespräch könnt ihr dann euren bisherigen Werdegang im Freiwilligendienst besprechen und auch eure Zukunft in eurer Einrichtung. Dies ist auch ein guter Zeitpunkt, um über eure Kompetenzen und eure Entwicklung nachzudenken. Welche Kompetenzen gehören eher zu euren Stärken und welche

Kompetenzen müssten noch weiter ausgeprägt werden? Vielleicht gibt es auch noch Aufgaben oder Bereiche, die ihr gerne ausprobieren möchtet. In diesem Gespräch könnt ihr zusammen mit eurer Anleitung auch neue Herausforderungen/Ziele für die zweite Hälfte in eurem Freiwilligendienst setzen.

### Einsatzstellengespräch

Mindestens einmal in eurem Freiwilligendienst kommt eure Gruppenleitung zu euch in die Einrichtung, um mit euch und eurer Anleitung euren Freiwilligendienst zu reflektieren. Dieser Termin wird erst mit eurer Einsatzstelle abgesprochen und dann erhaltet ihr den Termin mitsamt möglichen Fragen per Mail. Dieses Gespräch dauert in der Regel ca. eine ¾ Stunde und beinhaltet hauptsächlich Fragen, die euch und euren Freiwilligendienst betreffen. Eure Gruppenleitung möchte wissen, wie es euch in der Einsatzstelle geht und wie es eurer Einrichtung mit euch geht.

Sollte es Probleme geben, empfehlen wir euch, euch im Vorfeld mit eurer Gruppenleitung in Verbindung zu setzen und ihr darüber Bescheid zu geben. Dann könnt ihr gemeinsam entscheiden, ob und wie die Probleme beim Gespräch angesprochen werden.

Eure Gruppenleitung kommt auch öfters zu euch in die Einsatzstelle, falls Bedarf sein sollte.

### Endphase

#### Wie geht es für euch nach dem Freiwilligendienst weiter?

In der letzten Phase, die so ca. ab dem 9. Monat beginnt, solltet ihr euch darüber im Klaren werden, was ihr nach dem Freiwilligendienst machen wollt. Eventuell müsst ihr auch schon Bewerbungen schreiben und benötigt dafür ein Zwischenzeugnis, das ihr bei eurer Anleitung anfordern könnt.

Sollte die Arbeit in eurer Einsatzstelle euch so gut gefallen, dass ihr euch auch vorstellen könntet, dort weiterzuarbeiten, könnt ihr auch dort mal nach einem Ausbildungsplatz fragen. Viele Einrichtungen greifen am liebsten auf ihre Freiwilligen zurück, wenn es um die Ausbildung geht.

#### Verlängern des Freiwilligendienstes

Außerdem solltet ihr euch überlegen, ob ihr euren Freiwilligendienst verlängern möchtet. Ihr könnt euren Freiwilligendienst um bis zu maximal 6 Monate verlängern auf insgesamt 18 Monate. Solltet ihr euch dazu entschließen, besprecht euch rechtzeitig (mind. 4 Wochen vor eurem ursprünglich geplanten Dienstende) mit eurer Anleitung der Einsatzstelle und eurer Gruppenleitung bei uns.

#### Kündigung des Freiwilligendienstes

Auch eine vorzeitige Beendigung eures Dienstes ist möglich, z.B. wenn euer Studium oder eure Ausbildung vorher beginnt. Bei der Kündigung gibt es Fristen zu beachten. Solltet ihr hierzu Fragen haben, könnt ihr euch natürlich auch an eure Gruppenleitung wenden.

### Nach dem Freiwilligendienst

### Abschlussbescheinigung und Arbeitszeugnis

Nach Abschluss eures Freiwilligendienstes erhaltet ihr automatisch vom Kompetenzzentrum Freiwilligendienst eure Bescheinigungen. Diese bestehen aus einer Abschlussbescheinigung über die Ableistung eures Freiwilligendienstes sowie einer Teilnahmebescheinigung über die geleisteten Seminar- und Bildungstage.

Von eurer Einsatzstelle erhaltet ihr dann noch ein Arbeitszeugnis.

Solltet ihr Fragen zu eurem Arbeitszeugnis und der darin verwendeten Zeugnissprache haben, könnt ihr euch gerne an eure Gruppenleitung wenden. Diese steht euch auch hier für Fragen jederzeit zur Verfügung.

**Yay, jetzt geht's los! Viel Spaß in eurem Freiwilligendienst! Wir freuen uns, euch kennenzulernen!**