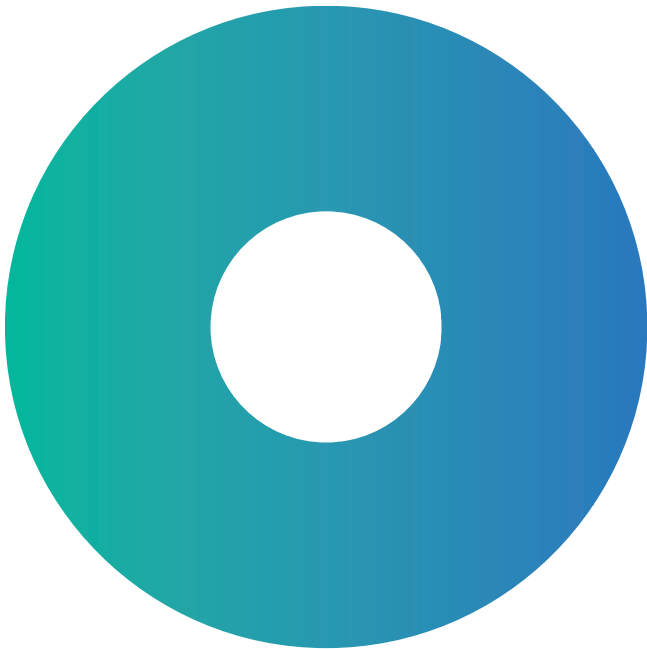


# KernJahr

*Raum und Zeit  
für deine Potenziale*  
*www.kernjahr.at*



*Ein Angebot für Jugendliche von tag eins und Kairos  
in Zusammenarbeit mit »WIRKstätten der Utopie«*



## Wie das KernJahr entstand

Da war Birgit. Die spürte schon länger, dass es viele Jugendliche gibt, die kaum Orientierung für ihren Berufs- und Lebensweg haben. Einerseits erlebte sie das als Personalleiterin eines internationalen Konzerns, später war sie auch als Mutter betroffen: ihr Sohn brach die Schule ab, machte eine Lehre und fand dann den Weg ans International People's College in Dänemark, wo es genau das gab, was er suchte: Raum und Zeit, die eigenen Potenziale zu entdecken, sich zu orientieren, Kontakt zu dem aufzunehmen, was in ihm steckt – ohne Druck aber mit Zug auf's Ziel. Birgit's Sohn kam verändert zurück: klar, energiegeladener, in sich selbst ruhend. Was für ein Geschenk, diese Zeit in Dänemark!

Und da war Birgit's Kollegin Monika. In ihrem Job als Personalentwicklerin arbeitete sie vor allem mit Jugendlichen, Lehrlingen und Trainees, dann in der Schule. Ihr war aufgefallen, dass viele der jungen Menschen auf die Frage »Was begeistert dich, was fasziniert dich?« mit Schulterzucken und »Keine Ahnung« reagierten. Das fand sie traurig und auch beunruhigend.



Gemeinsam kamen Birgit und Monika zum Schluss: **»Hier wollen wir wirksam werden – wir werden ein Angebot entwickeln, mit dem Jugendliche selber spüren lernen, was sie wollen – auch wenn kein Berufsorientierungstest ihnen eine Antwort vorgibt. Wir wollen bei jungen Menschen Berührungen, Erfahrungen, Kontakt mit dem Ich herstellen – gute Orientierung bieten, so wie das in Dänemark und den Niederlanden schon längst erfolgreich gemacht wird.«**

Auf dem Weg von der Idee zur Umsetzung von Kern-Jahr gibt Josef Kittinger vom Jugend- und Bildungshaus St. Arbogast den ersten wichtigen Impuls: im Rahmen der **»Wirkstätten der Utopie«** konnten Birgit und Monika ihre Idee konkretisieren und international Erfahrungen einholen. Und Regionalentwickler Martin Strele von Kairos stieß zum Gründerteam von KernJahr – er bringt viel Projekterfahrung ein und brennt wie Birgit und Monika für die Idee.

Mittlerweile engagieren sich viele verschiedene Menschen für das KernJahr: **eine hochinteressante und inspirierende Mischung von Persönlichkeiten** von Unternehmen, Medien, Kreativwirtschaft, Beratung, Schule und Natur und Umwelt.

Birgit, Monika und Martin sehen dieses Engagement als Bestätigung ihrer Überzeugungen: Veränderung wird künftig mehr von der Zivilbevölkerung ausgehen. Und: Viele sind bereit, sich – inhaltlich und finanziell – für gute Ideen einzubringen.

**Das KernJahr,  
Zeit und Raum für deine Potenziale,  
ist eine gute Idee.**

# Das KernJahr

## Ein Orientierungsangebot für junge Menschen

**Bist du jung und geht es dir gerade so –  
oder so ähnlich?**

### **Eingeschrieben**

ins Vernunftstudium ab Herbst.  
Aber richtig Lust darauf hast du keine.  
*Die Frage ist nur: worauf sonst?*

### **Hingeschmissen**

den Job.  
Weil er und du einfach nicht zusammenpassen.  
*Aber: was jetzt?*

### **Abgeschlossen**

die Lehre.  
Jetzt wäre die ideale Gelegenheit  
um das Leben und die Welt zu entdecken.  
*Nur: was genau und wie und wo?*

Das, was sich gerade unsicher, verwirrend oder  
vielleicht sogar frustrierend anfühlt,  
**das ist die KRAFT DES NICHTWISSENS.**

Sie ist eine positive Kraft,  
denn sie sucht nach dem, was dir entspricht,  
was deine Talente sind, wofür dein Herz schlägt:  
sie sucht, was dich im Kern ausmacht.

**Nimm dir Zeit dafür, deinen Kern zu finden.  
Ein knappes Jahr lang. Dein KernJahr.**



# Das Kernjahr

*Wieso, wozu?*

*Und überhaupt!*

## **Warum solltest gerade du ein Kernjahr machen?**

Als Jugendlicher ab 17 Jahren bietet das Kernjahr etwas, das so einfach wie wichtig ist: sich selbst kennen zu lernen.

## **Zu wissen, wer man ist, ist wichtig,**

weil man erst mit diesem Wissen herausfinden kann, was man will.

## **Im Kernjahr bist du nicht alleine.**

Du bekommst einen persönlichen Coach und gehst mit deinen KollegInnen acht Monate lang auf Entdeckungsreise vom »Nichtwissen« zum »Wissen, was ich will«.



### **Wie läuft das ab?**

Zusammen mit anderen TeilnehmerInnen triffst du dich **3 Tage die Woche, 8 Monate lang** in Lochau – gemeinsam mit TrainerInnen aus unterschiedlichen Bereichen. Es werden Themen behandelt, für die in der Schule, Lehre und Familie bisher zu wenig Platz war. **Kreativität, globale Herausforderungen, Werte, Wünsche, Träume, Vertrauen, Verantwortung** und vieles mehr werden mit Menschen, die selbst spannende Biografien haben, erarbeitet.

Die restlichen **2 Tage der Woche arbeitest du** und verdienst damit das Geld, um die Kosten dieser Ausbildung in eigener Verantwortung selbst zu tragen. Damit soll das KernJahr zu einem großen Teil kostendeckend und unabhängig arbeiten.

Das KernJahr bietet dir einen inspirierenden Rahmen mit viel Abwechslung und beantwortet in drei Phasen drei wichtige Fragen:

**Phase 1: Wer bin ich?**

**Phase 2: Was kann ich?**

**Phase 3: Was will ich?**

Du verlässt das KernJahr mit einem konkreten Aktionsplan für die Zukunft, in dem dein individueller Ausbildungs- oder Berufsweg steht.

### **Du findest das klingt anstrengend?**

Kann sein, aber du bist nicht alleine unterwegs. In einer Gruppe von jungen Menschen machst du dich gemeinsam mit den anderen TeilnehmerInnen auf deinen Weg vom Nichtwissen zum Wissen: *Vielleicht wird es ab und zu tatsächlich anstrengend, aber das ist es auf jeden Fall wert!*

### **Was passiert im KernJahr?**

**Du wirst Teil eines Teams,** jeder hat einen persönlichen Coach.

**Begegnungen mit Menschen,** die ihre Lebensgeschichten teilen, finden statt.

Du arbeitest an Themen wie **Orientierung, Verantwortung, Kreativität, Werte** und an vielem mehr.

**Es gibt Lernreisen** und wenn deine Suche dich ins Ausland führt, dann verbringst du einige Wochen in einem anderen Land (und bleibst dabei online in Verbindung mit deinem Coach und der Gruppe).

**Du stellst dich Herausforderungen,** sammelst Erfahrungen, du bringst dich ein mit deinen Ideen, Talenten, Wünschen und Interessen.

Besonders wichtig:  
**Es gibt viel Raum und Zeit zum Experimentieren.**

Nach dem KernJahr trifft jeder seine Entscheidung, du triffst deine. Eine Entscheidung hinter der du stehen kannst, weil sie zu dir passt: zu deinen Talenten, deiner Person, deinen Wünschen: *zu deinem Kern und damit zu deiner Einzigartigkeit.*

In anderen Ländern (Dänemark, Niederlande) werden ähnliche Orientierungsformate schon seit längerem erfolgreich angeboten, in Österreich ist das KernJahr das erste Angebot seiner Art: **Nutze die Chance!**

» Ob ich die richtigen Entscheidungen für mein weiteres Leben getroffen habe, weiß ich selbst noch nicht. In einer Zeit mit so vielen einschneidenden Erlebnissen, dem Stress in der Schule und der Ungewissheit für meinem weiteren Weg will ich mir genügend Zeit lassen und mit Familie und Freunden als Rückgrat diese Phase der Orientierung interessant gestalten.«

¶

**Susanne Illg**

ist 18 Jahre alt

und hat gerade am Gymnasium Schillerstraße in Feldkirch ihre Matura absolviert







» In meinem Masterstudium (Business Administration) traf ich vor allem auf Menschen, die Karriere machen und möglichst viel Geld verdienen wollten. **Im Gegensatz dazu war es für mich in erster Linie wichtig »etwas Sinnvolles« zu tun.** Dafür wurde ich von meinen Mitstudenten jedoch meist belächelt. Nach einem Jahr hatte ich genug, hängte mein Studium an den Nagel und beschloss, meinen eigenen Weg zu gehen.

Mittels Crowdfunding schaffte ich es, insgesamt CHF 15.000 aufzutreiben. Damit reiste ich um die Welt und suchte Menschen und Initiativen auf, die mich inspirierten und schlussendlich dazu bewogen, den Ideenkanal zu gründen. In den letzten fünf Jahren durfte ich mit diesem Projekt über 50 Menschen, die wie ich auf der Suche nach einer sinnvollen Beschäftigung waren, dabei unterstützen, ihre Ideen für eine bessere Welt in die Tat umzusetzen. **Ich habe also einfach mein eigenes Problem in eine Geschäftsidee verwandelt, von der ich mittlerweile sogar ganz gut leben kann.**

Ein Moment, den ich diesbezüglich nie vergessen werde, war, als mich mein ehemaliger Professor als Gastreferent zurück an die Uni holte, um seinen Studenten zu zeigen, dass es auch anders geht!«



**Christof Brockhoff**

Gründer [www.ideenkanal.com](http://www.ideenkanal.com)  
lebt davon, guten Ideen  
den entscheidenden Schubs  
zu geben.





Wenn wir vom KernJahr als einem fundierten Orientierungsangebot für junge Menschen erzählen, sagen uns die Erwachsenen immer wieder: »Hätte es das nur gegeben, als ich jung war!« Wir denken, das KernJahr bietet etwas, das viele Menschen erst später, über Umwege und oft auch in einer Krise erleben: gute Orientierung, die aus einem selbst heraus entsteht und daher Kraftquelle ist. Zeit zum Luft holen, Wurzeln wachsen lassen oder was auch immer gerade ansteht. Aus eigener Erfahrung weiß ich, das tut Jugendlichen und auch Eltern gut!«



**Birgit Sonnichler**

hat nach einer internationalen Karriere im Personalmanagement gemeinsam mit Monika Wohlmuth-Schweizer tag eins gegründet und ist die Ideengeberin für das KernJahr





» Oft habe ich den Eindruck, dass ich mich noch gar nicht so gut kenne und noch Vieles in mir steckt, von dem ich noch nicht weiß. In der Schule gab es nur wenig Raum, um sich selbst zu entdecken und daher mache ich mich nun auf den Weg, um mich und meine Stärken besser kennenzulernen.«

¶

**Julian Krasznai**

lebt in Feldkirch

und hat vor kurzem am Gymnasium Mehrerau maturiert





» Die ›Kraft des Nichtwissens‹ spricht mich im besonderen Maße an: Sie fordert mich heraus, all das, was ich zu kennen und zu wissen glaube, hinter mir zu lassen. Sie weckt den Mut und die Neugierde, einen Schritt ins Unbetretene zu machen. Ich wünsche mir daher, dass das persönliche KernJahr vielen jungen Menschen ermöglicht, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu gewinnen und darin bestärkt zu werden, die oft unausgesprochenen Erwartungen der Menschen, die uns nahe sind, zu hinterfragen und zu den eigenen Wünschen und Träumen zu stehen.«



**Eva Häfele**

hat lange Zeit im Ausland gelebt  
seit Anfang 2000 ist sie wieder zurück  
in ihrer Heimatstadt Hohenems,  
wo sie als freischaffende Sozialwissenschaftlerin  
tätig ist

# Das Kernjahr auf einen Blick

## Was, wann, wo und wer?

Zur Anmeldung

[www.kernjahr.at/anmeldung.html](http://www.kernjahr.at/anmeldung.html)



### Zeit und Ort

8 Monate von Anfang Oktober bis Ende Mai

3 Tage pro Woche von Montag bis Mittwoch

Büro Vielfeld Lindauerstraße 31, 6911 Lochau

### Inhalt

Entdecken – *Wer bin ich?*

Erleben – *Was kann ich?*

Entscheiden – *Was will ich?*

Wichtiger Teil des Kernjahrs ist ein selbstgewähltes »Abenteuer« (bis zu 2 Monate im In- oder Ausland) bei dem du deine Talente ausprobierst.

### Wer steckt hinter dem Kernjahr?

Der Verein »Schule des Lebens« ist die Trägerinstitution für das Kernjahr. Der Vereinsvorstand setzt sich zusammen aus der Obfrau Birgit Sonnlichler und dem Obfrau Stellvertreter Martin Strele.

### Kosten

800,- EUR Anmeldegebühr

340,- EUR pro Monat

### Für Jugendliche ab 17 Jahren, die

Orientierung suchen – nach abgeschlossener oder abgebrochener Ausbildung, Zivildienst oder Bundesheer, nach Studienwechsel oder -abbruch.

das Kernjahr neugierig macht.

gerne Teil eines Teams sind.

### Bist du so ein junger Mensch? Wunderbar!

Schreib uns, dann können wir uns

bei einem gemeinsamen Gespräch kennenlernen.



# Lust, selbst ein Kernjahr zu machen oder es zu unterstützen?

Einfach melden bei  
**Birgit Sonnichler & Monika Wohlmuth-Schweizer**  
Bürogemeinschaft Vielfeld  
6911 Lochau  
post@kernjahr.at | www.kernjahr.at  
+43.676.341 37 07



Im Büro Vielfeld bei Birgit und Monika flattert Post für das Kernjahr ein. Jugendliche, die einfach eine gute Zwischenzeit brauchen, schreiben. Eltern interessieren sich, sie haben zuhause einen Teenager, der nicht so genau weiß, was er will.

Menschen, die interessante Lebenswege haben sagen Ja zum Kernjahr und engagieren sich als Coaches. Andere wollen ihre Lebenserfahrung zur Verfügung stellen. Birgit und Monika sind im Austausch mit Partnern in Dänemark und den Niederlande – sie planen »Learning journeys«. Unternehmen sagen ihre Unterstützung zu: als Partner für die Jugendlichen und für das Kernjahr.

Die Jugendlichen kommen zuerst allein, in der zweiten Runde bringen sie ihre Eltern mit ins Vielfeld: es sind wunderbare Gespräche, manche machen Gänsehaut: zu Beginn das um-den-heißen-Brei-herumreden, dann zunehmend mehr Bestimmtheit, ein Lachen, manchmal auch Tränen, dann: wachsende Überzeugung. Und Vorfreude auf: sich-selbst-entdecken, gefordert sein, zutrauen, hinhören, nachdenken, mutig sein. Entscheiden.

So beginnt es.  
**Das Kernjahr.**

**Herausgeber**

Birgit Sonnlichler & Monika Wohlmuth-Schweizer  
tag eins – büro für wandel, Bürogemeinschaft Vielfeld,  
Lindauerstraße 31, 6911 Lochau, Austria  
www.tageins.net

**Idee**

Birgit Sonnlichler

**Umsetzungsteam**

Birgit Sonnlichler & Monika Wohlmuth-Schweizer:  
tag eins – büro für wandel  
und Martin Strele:  
KAIROS Wirkungsforschung & Entwicklung gGmbH

**Text**

Isabella Natter-Spets

**Fotos**

Alexandra Serra  
Seite 14: Adrian Schnöder  
Seite 20: privat

**Gestaltung**

Clemens Theobert Schedler  
Büro für konkrete Gestaltung

**Schrifttype**

Neue Swift von Gerard Unger

**Papier**

GardaPat13 Klassica, 200 g | 90 g

**Bildbearbeitung**

Boris Bonev, PrePress & PrintService

**Druck**

Druckerei Thurnher GmbH

**Auflage**

1.000 Exemplare im Oktober 2016

Die Entwicklung von »KernJahr« wurde begleitet und gefördert von den »Wirkstätten der Utopie«, ein Projekt von »Tage der Utopie – Festival für eine gute Zukunft«, das biennial im Jugend- und Bildungshaus St. Arbogast in Götzis, Österreich stattfindet: [www.tagederutopie.org](http://www.tagederutopie.org)



# KERN JAHR