WEITERE INFORMATIONEN

ZIELE.
Das Training soll die Kompetenz vermitteln, sich in bedrohlichen Situationen **sozial angemessen** und **deeskalierend zu verhalten**, um antisoziales Verhalten und schwere Konflikte zu vermeiden.

METHODEN.
Das Training orientiert sich an erlebnispädagogischen und erfahrungsbasierten Methoden und bindet neben Kommunikations-, Vertrauens- und Strategieübungen auch Gruppengespräche und Rollenspiele ein.

THEMEN. Mögliche Schwerpunkte:
- Empathiefähigkeit & Perspektivwechsel.
- Anerkennung von Regeln & Normen.
- Konfliktlösungsstrategien.
- Anerkennungskultur & ICH-Stärkung.
- Verbale Aggressionen.
- Verhalten unter Stress.
- Gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation.
- Anti-Mobbing-Strategien.

ORGANISATION.
- Trainingsdauer: 3 - 6 Stunden/Tag und kann einen bis mehrere Tage umfassen.
- Genderorientiertes Training ist möglich.
- Teilnehmerzahl zwischen ca. 8 - 28 Personen.
- Der Altersunterschied der Teilnehmer sollte max. 2 - 3 Jahre betragen.
- Alle Details werden im Vorfeld mit uns besprochen.

KONTAKT



Dirk Buhmann

An der Alten Schule 45
25860 Horstedt
0 48 46 / 63 811
0173 / 61 004 61
dirk.buhmann@skt-sh.de

Florian Punke

Großsolter Straße 18b
24885 Sieverstedt
0 46 38 / 899 313
0172 / 45 11 686
florian.punke@skt-sh.de

SOZIALES KOMPETENZ TRAINING
vom Wissen zum Können

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

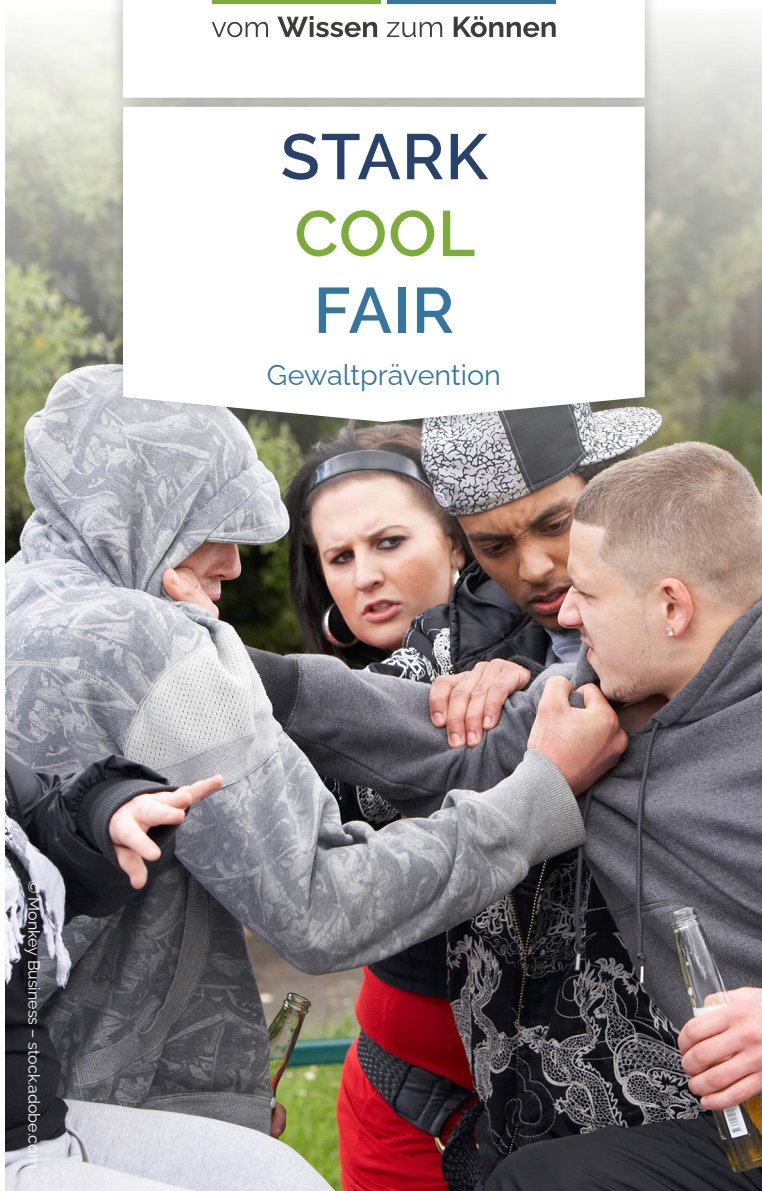
HIER ERFAHREN SIE MEHR ÜBER UNS
Scannen Sie einfach den QR-Code mit der Handykamera oder geben Sie die unten angegebene URL in Ihren Internetbrowser ein.

www.skt-sh.de

SOZIALES KOMPETENZ TRAINING
vom Wissen zum Können

STARK COOL FAIR

Gewaltprävention



© Monkey Business – stock.adobe.com

HERAUSFORDERUNGEN

Jugendliche sind in vielerlei Hinsicht gefordert: Sie werden mit **verbalen und körperlichen Aggressionen** konfrontiert, häufig mit **gezielten Beleidigungen** gegen die Familie oder den sozialen Status, was zu massiven Stressreaktionen führen kann.

Weiterhin sollen sie medialen Gefahren oder der Versuchung zum Mobbing widerstehen und den Erwartungen von Freunden, Familie, Schule und Arbeitgebern entsprechen.

In Konflikten die Ruhe bewahren und fair und prosozial zu handeln ist eine große Herausforderung. Wie aber kann das gelingen, wenn das Herz rast, das Adrenalin in den Körper schießt, die in der Sozialisierung gelernten Verhaltensautomatismen einsetzen?

Die Jugendlichen sehen sich aufgrund von **sozialen (Männlichkeits-) Normen oder gruppendynamischen Ritualen** gezwungen, die eigene Ehre oder die der Familie/Freunde zu verteidigen. Selbst wenn sie gewillt sind, sich prosozial zu verhalten, verfügen sie oftmals nicht über die erforderlichen Kompetenzen.

WAS TUN?

Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, sind eine **ausgeprägte soziale Kompetenz, Kommunikationsfähigkeit und Methoden zur Stressbewältigung** erforderlich.

1 Die Jugendlichen benötigen die Erfahrung, dass eine **veränderte Selbst- und Fremdwahrnehmung, Akzeptanz** auch von Andersartigkeit, erfolgreiches **Stressmanagement, strategisches Denken** und **alternative Handlungsmöglichkeiten** positive Erfolgserlebnisse und Selbstwirksamkeit bewirken.
Es bedarf zum einen einer Reflexion des Selbstbilds als auch sozial angemessener und im Alltag wirksamer Strategien. Insbesondere im Umgang mit verbalen Aggressionen sind **prosoziale Alternativen** gefragt.

2 Darüber hinaus ist es notwendig, die Jugendlichen über die **Auswirkungen** von Stressreaktionen in Konflikten zu informieren.
Es soll nicht vermittelt werden, dass Konflikte falsch oder nicht notwendig sind. Vielmehr geht es darum, in Konflikten **fair und respektvoll** miteinander zu streiten.

Fair & angemessen Konflikte führen!

UNSER ANGEBOT

Das Training **„Stark-Cool-Fair“** ist speziell auf die Bedürfnisse von Jugendlichen ausgerichtet; im Vordergrund steht Lernen durch Erleben und Bewegung. Theoretische Lerninhalte werden mit praktischen Übungen und reflektierenden Gesprächen verbunden.

In dieser Vielfalt können sich die Teilnehmenden neu kennen- und akzeptieren lernen. Über **spielerische Übungen**, aber auch **anspruchsvolle Konfliktsimulationen** sollen die Teilnehmenden ihr **Konfliktverhalten reflektieren** und gemeinschaftlich **alternative Problemlösungsstrategien** entwickeln. Gegenseitige Unterstützung, Empathiefähigkeit und eine Streitkultur, die auf Fairness basiert, sind dabei wichtige Aspekte.

Viel Spaß beim Training ist uns sehr wichtig!

Die Inhalte und Kompetenzen werden praxisnah trainiert und jeweils auf die Gruppe und deren aktuelle Bedürfnisse zugeschnitten.

Es gibt kein Training vom Fließband!

