



- Seite 04 > Teambuilding – Gemeinsam sind wir stärker!
- Seite 06 > Wenn aus Spaß Ernst wird
- Seite 08 > Wer bin ich? Was kann ich? Wer will ich sein?
- Seite 10 > Teambuilding und Konfliktlösung
- Seite 12 > Einen Umgang mit Drogen finden
- Seite 14 > Prävention durch Begegnung

**Unsere Workshops
sind 2-tägig
und beinhalten
teambildende
Elemente.**



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Kinder und Jugendliche begegnen in ihrer Entwicklung vielen Herausforderungen. Das Erkennen und Herausarbeiten der eigenen Persönlichkeit und Fähigkeiten kann viele Fragen aufwerfen. „Wer bin ich?“, „Was will ich für mich und was brauche ich dafür?“, „In wen verliebe ich mich?“, „Wo gehöre ich hin?“ oder „Was kann ich gut?“ sind Fragen, die junge Menschen im Alltag immer wieder beschäftigen.

Individuelle sowie gesellschaftliche Anforderungen prägen Lebensbereiche und -inhalte wie etwa Bildungswege und Berufsorientierung, Sexualität und Liebe, Körperentwicklung und -wahrnehmung sowie Resilienzentwicklung und die Suche nach sozialer Verankerung. Dabei spielt auch immer der Einfluss von Peergroup und Familie eine wichtige Rolle.

In den geschützten Handlungsräumen des Jugendbildungs-Hauses können sich junge Menschen wertfrei ausprobieren und alltagspraktische Strategien, wie Grenzen setzen und den Umgang mit Konflikten oder mit Schulstress, lernen. In erlebnispädagogischen Angeboten wird die Solidarität in der Gruppe gefördert.

Die Kinder und Jugendlichen können außerdem über Themen der sexuellen Bildung, auch jenseits heteronormativer Vorstellungen, sprechen und dabei Informationslücken schließen.

Nicht zuletzt haben sie die Möglichkeit, ihr Selbstbewusstsein und ihr Selbstwertgefühl zu stärken und zu lernen, dass jeder Mensch gut so ist, wie er ist und alle mit dem gleichen Respekt zu behandeln sind.



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Teambuilding – Gemeinsam sind wir stärker

Wie können wir als ein Team zusammenarbeiten und unsere Unterschiede in unsere Stärken verwandeln? Wie schaffen wir es, dass alle gehört werden? Wann bin ich im Team stärker als alleine? All diese Fragen und noch mehr wollen wir spielerisch im Teambuilding-Workshop erforschen. Durch viele erlebnispädagogische Abenteuer auf unserem eigens dafür angelegten Parcours wollen wir aus einer Gruppe ein Team machen. Doch was braucht es dafür, damit das gut klappt, sich alle gesehen fühlen und ihre Bedürfnisse beachtet werden? Antworten darauf werden wir gemeinsam finden in Challenges, die auf die individuellen Gruppendynamiken abgestimmt werden.

In diesem Workshop lernen sich die Teilnehmer*innen interaktiv (besser) kennen, entwickeln durch gemeinsame Erlebnisse als Gruppe ein (stärkeres) Wir-Gefühl und reflektieren Gruppenprozesse – insbesondere ihre eigene Rolle darin. Im Zuge unserer erlebnispädagogischen Teamchallenges erleben die Teilnehmer*innen spielerisch und erlebnisorientiert: Gemeinsam sind wir stärker als allein!

2-tägiger Workshop

Kursdauer:
9 – 13 Uhr



Anmeldung:
jubihaus@kids-und-co.de



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Wenn aus Spaß Ernst wird

Sich zu streiten ist normal. Doch wie gelingt das gewaltfrei und ohne die andere Person zu verletzen? Wie kann ich meine Grenzen und Bedürfnisse mitteilen? Und was mache ich eigentlich mit all den Gefühlen, die in Konflikten in mir hochkommen? Fresse ich Konflikte mehr in mich hinein oder lasse ich sie an anderen Menschen oder Dingen aus? Und wie finde ich die Balance darin?

All diesen Fragen wollen wir uns im Workshop widmen. Dabei werden Elemente aus der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg mit erlebnis- und theaterpädagogischen (Rollen-) Spielen kombiniert. Ziel ist es, dass sich die Teilnehmer*innen in ihrem eigenen Konfliktverhalten besser kennenlernen und alternative Strategien erproben können. Das Ausprobieren in einem sicheren und diskriminierungssensiblen Rahmen, der gleichzeitig Grenzen aufzeigt, fördert auch die Fähigkeit, sich in andere hineinzusetzen. Somit üben wir durch diesen Workshop beides: Die Empathie für sich selbst und für andere zu erhöhen.

2-tägiger Workshop

Kursdauer:
9 – 13 Uhr



Anmeldung:

jubihaus@kids-und-co.de



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Wer bin ich? Was kann ich? Wer will ich sein?

Was hindert mich daran, so zu sein, wie ich wirklich sein möchte? Welche Träume und Ziele habe ich in meinem Leben? Und wie kann ich mich darin unterstützen lassen, sie zu erfüllen? Denn oft fällt es uns nicht leicht, unsere eigenen Stärken wahrzunehmen und unsere Ziele und Träume zu realisieren.

Deswegen dient dieser Workshop dazu, gemeinsam, in Kleingruppen und ganz individuell zu schauen, was sich verändert, wenn ich an mich glaube und wir uns gegenseitig unterstützen. In einer Mischung aus erlebnis- und theaterpädagogischen (Rollen-) Spielen sowie empowernden Coaching-Elementen lernen die Teilnehmer*innen für sich und in der Gruppe, wie sie Hindernisse bewältigen und spielerisch ihre Ziele erreichen können. Ziel dieses Workshops ist es, dass die Teilnehmer*innen erleben und hinterfragen, wie sie mit sich und anderen umgehen und in einem geschützten und unterstützenden Rahmen neue Verhaltensoptionen ausprobieren können.

2-tägiger Workshop
Kursdauer:
9 – 13 Uhr



Anmeldung:
jubihaus@kids-und-co.de



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Teambuilding und Konfliktlösung

In diesem zwei- oder dreitägigen Workshop geht es um euch als Klasse: Wie arbeitet ihr als Team zusammen? Und an welchen Stellen noch nicht? Worüber streitet ihr euch am häufigsten? Und wie könnt ihr diese Konflikte austragen, ohne dabei zu beleidigen, zu verletzen? In vielen Drinnen- und Draußen-Aktionen könnt ihr als Gruppe wachsen und eure Teamfähigkeiten stärken. Zudem werden wir uns anschauen, wie Konflikte bisher laufen in eurer Klasse und wie sie besser laufen könnten. Keine Sorge – das Ganze ist spannend aufbereitet mit Rollenspielen und coolen Videos!

Und warum reicht dafür nicht ein Tag? Ganz einfach: Wir brauchen Zeit, um unsere Verhaltensmuster zu verändern. Das ist bei allen Menschen so. Je mehr Zeit ihr euch gebt, als Klasse zusammenzuwachsen und eure Probleme anzuschauen, desto mehr könnt ihr zum Team werden. Fragt am besten eure Begleitperson, ob zwei oder sogar drei Tage möglich wären. Egal, ob direkt hintereinander oder im Abstand von ein paar Wochen – es wird sich lohnen!

mindestens 2-tägiger
Workshop

Kursdauer:
9 – 13 Uhr

↓
Anmeldung:
jubihaus@kids-und-co.de



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT ICH – DU – WIR

Einen Umgang mit Drogen finden

Drogen sind für viele Jugendliche spannend. Aber eben auch gefährlich. Egal ob Alkohol, Pillen oder Zeug zum Rauchen. Viele wissen gar nicht so genau, was sie da eigentlich konsumieren und was das mit ihrem Körper, ihrer Wahrnehmung und ihrem Urteilsvermögen macht. Genau das wollen wir uns im Workshop anschauen. Wie wirkt sich welche Droge aus? Was ist so gefährlich daran? Und wie kann ich mich eigentlich verhalten, wenn Drogen in der Clique plötzlich zum Thema werden? Ziehe ich mit, obwohl ich eigentlich gar nicht will? Oder gibt's da noch andere Möglichkeiten? Was ist „safer use“? Und wovon sollte ich lieber die Finger lassen?

Ihr dürft alle Fragen stellen, die ihr habt rund um Drogen, und wir werden sie bestmöglich beantworten. Da wird niemand mit erhobenen Zeigefinger stehen – vielmehr geht es uns um Aufklärung und Wissensvermittlung, damit ihr besser entscheiden könnt, was das Richtige für euch ist, wenn ihr mit Drogen konfrontiert werdet.

2-tägiger Workshop

Kursdauer:
9 – 13 Uhr



Anmeldung:
jubihaus@kids-und-co.de



Prävention durch Begegnung

Zivilcourage?! Immer wieder schwirrt dieses Wort durch die Medien, doch was bedeutet das überhaupt? Wie kann ich mich in Krisensituationen verhalten, um Rettungskräften bestmöglich die Ausübung ihrer Arbeit zu ermöglichen? Und welches Verhalten hilft dabei so gar nicht? Was kann und was muss ich machen, um Erste Hilfe zu leisten?

Diesen Themen wollen wir uns in einem Workshop widmen. Zusammen mit einer Fachkraft aus dem Rettungswesen werden wir verschiedene Situationen, Verhaltensformen und Berufsfelder kennenlernen. Hier könnt ihr all eure Fragen loswerden, die ihr schon immer mal stellen wolltet. Außerdem könnt ihr selbst Hand anlegen bei der simulierten Erstversorgung eines Unfallopfers und dabei erfahren, wie der Alltag von Einsatzkräften wirklich aussieht. Was sind die schwierigsten Situationen? Wie gehen die Profis mit Stress um? Was belastet sie am meisten? Findet es gemeinsam mit den Expert*innen heraus! Je nach Möglichkeit besuchen wir an einem weiteren Termin auch eine Rettungswache.

2-tägiger Workshop

Kursdauer:
9 – 13 Uhr



Anmeldung:
jubihaus@kids-und-co.de

