

Kurzkonzept

GUT DRAUF



EVANGELISCHES
KINDER- UND
JUGENDREFERAT
DER KIRCHENKREISE
AN SIEG UND RHEIN
UND BONN

Lifecompencetraining reloaded

Mit integriertem Bildungscamp

Im Rahmen der gesundheits- und inklusionsorientierten Arbeit mit Kindern und Jugendlichen der Evangelischen Jugend in der Region Bonn-Rhein-Sieg

Kooperationspartner
Heinrich-Böll-Sekundarschule
Jugendamt der Stadt Bornheim
Evangelisches Jugendreferat An Sieg und Rhein und Bonn

Entwicklung und Hintergrund des lifecompetencetrainings mit integriertem Bildungscamp

Mit Beginn des Schuljahres 2009/2010 wurde das GUT DRAUF-lifecompetencetraining in der Jahrgangsstufe 5 der damaligen Franziskushauptschule in Bornheim-Merten gestartet. Innerhalb des Projektes wurden die Schülerinnen und Schüler von Beginn an regelmäßig und nachhaltig im Bereich des sozialen Lernens nach GUT DRAUF-Standards (Bewegung, Gesunde Ernährung, Stressregulation) in einer gesundheitsfördernden Wohlfühlatmosphäre begleitet und gebildet.

Die Umsetzung erfolgte im Rahmen einer wöchentlichen Doppelstunde „lifecompetencetraining“ und einem jährlichen, mehrtägigen Bildungscamp zum Start in das neue Schuljahr sowie einem Aktionstag pro Schuljahr.

Durch die Erfahrungen aus dem ersten Projektdurchlauf und bedingt durch die neue Schulform (Sekundarschule) sowie der Aufnahme des Inklusionsgedanken wurde eine Weiterentwicklung der strukturellen Rahmenbedingung eingeführt. Daher wurde ab dem Schuljahr 2016/2017 die vollständige Stufe (3 Klassen mit je 27 Schülerinnen/Schülern) über die Dauer der Schulzeit durch die pädagogische Fachkraft begleitet. Ergänzend zu den Methodentrainings waren zwei mehrtägige Bildungscamps für die komplette Stufe vorgesehen.

Nach intensiven Evaluationsgesprächen mit den beteiligten Kooperationspartnern des Projektes stellte sich heraus, dass das lifecompetencetraining 2.0 eine Weiterentwicklung benötigte, um den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler noch besser gerecht zu werden. Mit den verantwortlichen Lehrkräften, der Schulleitung und der Verwaltung wurde einvernehmlich eine zeitliche und strukturelle Anpassung vorgenommen:

Mit Start des neuen Schuljahres 2017/2018 wird nun wieder eine Klasse im Rahmen einer wöchentlichen Doppelstunde intensiv begleitet. Mit den beiden Parallelklassen des Jahrganges werden pro Quartal jeweils ein Projekttag (8 Projektstage im Jahr) durchgeführt. Diese werden in enger Abstimmung mit den verantwortlichen Lehrkräften und ggf. weiteren Mitarbeitenden des Jugendamtes Bornheim geplant, vorbereitet und durchgeführt. Mit dem neuen Schuljahr hat eine neue pädagogische Fachkraft die Durchführung des lifecompetencetrainings übernommen.

Als neues Angebot wird es ab 2018 zusätzlich eine GUT DRAUF-Ferienaktion geben, die in Kooperation mit dem Kulturraum in Bornheim-Sechtem geplant und durchgeführt wird. Diese ist für alle drei Klassen der Jahrgangsstufe vorgesehen.

Als weitere konzeptionelle Anpassung des Projektes ist darüber hinaus eine verstärkte Elternarbeit vorgesehen. Diese dient neben der Beantwortung von Erziehungsfragen und der Beratung und Aufklärung zum Umgang von Kindern und Jugendlichen u.a. mit Medien auch der Planung und Organisation von Elternabenden zu bestimmten Themen in Kooperation mit unterschiedlichen Institutionen (z.B. Beratungsstellen, VHS, etc.). Des Weiteren wird die verstärkte Netzwerkarbeit beibehalten und weiterentwickelt. Die neue pädagogische Fachkraft ist nun auch gleichzeitig im Kulturraum in Sechtem tätig ist. Dadurch wird das Zusammenspiel von Jugendarbeit und Schule im Rahmen des Projektes vertieft

Kurzdarstellung GUT DRAUF – lifecompetencetraining und Bildungscamp

Struktureller Rahmen:

- Durchgängige Begleitung einer Schulklasse (7.2 mit 5 Schülerinnen und 19 Schülern)
- Durchführung von 2 jeweils 5tägigen Bildungscamps (Klasse 5 und Klasse 7/8) als Kompakttraining außerhalb der Schule
- wöchentliche Doppelstunde GUT DRAUF – lifecompetencetraining
- Reflektion des Gesamtteams nach Bedarf (6 KlassenlehrerInnen und pädagogische Fachkraft)
- Elternabende/Elternbegleitung (nach Bedarf)
- Einzelgespräche mit LehrerInnen, SchülerInnen, Eltern (nach Bedarf)
- Quartalsweise Projekttag (8 Stück pro Jahr) für die weiteren Klassen 7.1 und 7.3
- GUT DRAUF Woche in Kooperation mit dem Kulturraum Bornheim-Sechtem für alle drei Klassen der Jahrgangsstufe

Themen:

- 5. Klasse Soziales Lernen – GUT DRAUF sein
- 6. Klasse Mädchen/Jungenförderung
- 7. Klasse Anti-Aggressionstraining
- 8. Klasse Suchtprävention
- 9./10. Klasse „Erwachsen-werden“ – Berufsorientierung/Verselbständigung

Inhalte:

Klasse 5 „Soziales Lernen – GUT DRAUF sein“

Hilfestellung zur Integration in das neue Schulleben

- Sensibilisierung für die Themen Gesundheit, Entspannung und Stressbewältigung
- Ich-Stärkung, das Erkennen eigener Stärken und Schwächen mit dem Ziel der Persönlichkeitsentwicklung
- Entwicklung und Stärkung der Klassen-/Gruppengemeinschaft
- Umgang miteinander, d.h. Einüben des rücksichtsvollen und hilfsbereiten Umgangs mit dem Mitmenschen
- Erkennen und Wahrnehmen „Mitverantwortung“ auf schulischer Ebene

3

Klasse 6 „Mädchen/Jungenförderung“

Entwicklung eines positiven Verhältnisses zur eigenen Körperlichkeit und zur eigenen persönlichen Leistungsfähigkeit

- Stärkung Selbstwertgefühl
- Kritische Reflexion der Geschlechterrollen
- Aufbrechen von überholtem Rollenverständnis
- Verantwortungsbewusster Umgang mit Sexualität

Klasse 7 „Anti-Aggressionstraining“

Förderung des psychischen, sozialen und körperlichen Wohlbefindens

- Positives Erleben der Gruppe
- Stärkung der Teamfähigkeit
- Vertiefung der Themen Entspannung und Stressbewältigung
- Akzeptanz der Eigenverantwortung für soziales Handeln
- Erarbeitung von Konfliktlösungsstrategien
- Transfer von Gelerntem in den schulischen und in den familiären Alltag

Klasse 8 „Suchtprävention“

Entwicklung eigener Lebensstrategien, die in kritischen Phasen verhindern, zum Suchtmittel zu greifen, um Probleme zu bewältigen

- Entwicklung und Stärkung von „skills for life“ (Kritikfähigkeit, Durchsetzungsvermögen, Kommunikationsfähigkeit, Verantwortung, Selbstvertrauen, Urteilsvermögen etc.)
- Bekannt machen der Möglichkeiten, in Abhängigkeit zu geraten
- Auseinandersetzung mit den vielfältigen Folgen von Suchtmittelgebrauch

Klasse 9/10 „Erwachsen-werden“ - „Berufsorientierung/Verselbständigung“

Entwicklung persönlicher Lebens- und Berufsperspektiven

- verantwortliches Handeln in der Partnerschaft (Empfängnisverhütung, Schwangerschaftskonflikte, (sexuelle) Gewalt))
- verantwortliches Handeln in den Beziehungen zu anderen Mitgliedern des privaten Umfeldes
- verantwortungsvoller Umgang mit Geld und bessere Übereinstimmung des Lebensstils mit den zur Verfügung stehenden finanziellen Mitteln
- verantwortungsvoller Umgang mit sich selbst (Gesundheit, Wohlbefinden etc.)

Durch die enge Zusammenarbeit mit Partnern aus der Arbeitswelt lernen die Jugendli-

chen ihre Fähigkeiten und die Situation auf dem Arbeitsmarkt realistisch einzuschätzen;

- verschiedene Berufe kennen und erweitern so ihr Berufswahlspektrum;
- den hohen Stellenwert von fachlichen, aber auch von sozialen und personalen Kompetenzen kennen, wie sie in der Arbeitswelt von ihnen verlangt werden;
- den Sinn schulischen Lernens auch aus der Perspektive der späteren Berufstätigkeit kennen;
- die Betriebe der Region kennen.

Vorhandene praktische Begabungen werden erkannt und für das schulische Lernen aktiviert.

Kooperation / Vernetzung in/mit Schule und weiteren Partnern:

- regelmäßige Planungs- und Auswertungsgespräche mit Klassenleitung und Abteilungsleitung
- Vorstellung des Projektes beim ersten Elternabend
- Präsentationen der jeweiligen Aktionen/Bildungscamps beim Schulfest
- Einbindung der örtlichen, gemeindlichen Kinder- und Jugendarbeit
- Zusammenarbeit mit weiteren Fachdiensten

Ziele:

Folgende Ziele sollen mit dieser Maßnahme u.a. erreicht werden:

- erkennen, benennen und verteidigen eigener Grenzen, Nein-Sagen
- die Stärkung der Kompetenz der Gleichaltrigengruppe (Peergruppe) für schwierige Situationen
- Körperhaltung und Körpersprache - ausprobieren und erkennen
- Wahrnehmungsübungen, Sensibilisierung der Jugendlichen für die Themen der Gesundheitsförderung nach GUT DRAUF: gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung und Stressbewältigung
- Förderung des körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens der Jugendlichen
- positives Miteinander als Gruppe zu erleben
- in einem Team/der gesamten Gruppe effektiv zusammenzuarbeiten, sich einzubringen und einzuordnen, Stärkung der Teamfähigkeit und der Selbstkompetenz
- die Erfahrung zu machen, dass Lösungen nur erreicht werden, wenn man zusammenarbeitet, Förderung der Kreativität
- Entwicklung einer sozialverträglichen Streitkultur und Kanalisierung von Aggressionen
- zu erfahren, dass es Spaß macht, in einer funktionierenden Gruppe etwas beitragen zu können, Stärkung des Selbstbewusstseins, der Handlungskompetenz

- wie gelingt der Transfer in meinen (familiären) Alltag

Es geht darum, dass:

- Jugendliche sich gesünder ernähren und dem Thema ‚Ernährung‘ gegenüber positiver eingestellt sind!
- Jugendliche sich mehr und mit viel Spaß bewegen!
- Jugendliche sich mehr entspannen und bewusst und mit Spaß etwas für ihre Stressbewältigung tun!

Nach der thematischen Sensibilisierung der Zielgruppe für diese Inhalte sollen Einstellungs- und danach Verhaltensänderungen folgen. Daneben versteht sich **GUT DRAUF** auch als geeignetes „Projektdach“, um weitere Inhalte der Gesundheits- bzw. Suchtprävention und der Stärkung der Eigenkompetenz zu integrieren.

Das **Besondere an GUT DRAUF** als Jugendaktion der BzGA:

Die **konsequente Verknüpfung** aller **drei** Elemente (gesund-leckere Ernährung/Bewegung/Stressregulation) über attraktive Angebote (Aktionen, Programme) für die Jugendlichen.

Das **Einbeziehen der Jugendlichen** bei der Entwicklung und Durchführung unseres Projektes (Partizipation) wird konsequent verfolgt.

Beispielhafte Methoden des GUT DRAUF – lifecompetencetrainings

- Pädagogische Interaktionsübungen
- Entspannungsübungen
- Stressbewältigungsstrategien
- Ernährungsworkshop
- Erlebnispädagogische Übungen und Maßnahmen
- Kämpfen als pädagogische Disziplin
- Rollenspiele (Praxissimulationen)
- Improvisationsübungen
- Bewegungsspiele
- Konfrontationsübungen
- Methoden der Mediation
- Traum- und Phantasiereisen

6

Qualitätsstandards und Grundprinzipien:

Die Umsetzung dieses Konzeptes basiert auf folgenden Prinzipien:

- das Konzept setzt auf (personelle) Kontinuität und agiert nicht als „Eintagsfliege“ im freien Raum
- das Konzept ist ganzheitlich ausgerichtet und fördert die Partizipation, das Empowerment und die Lebenskompetenz von Kindern und Jugendlichen
- das Konzept nimmt die Bedürfnisse, Erfahrungen und Fähigkeiten, aber auch die Schwächen junger Menschen ernst und fördert deren Eigenverantwortlichkeit
- Im Sinne der „Hilfe zur Selbsthilfe“ fordert und fördert das Angebot ein Bewusstsein für gesunde Ernährung und Bewegung sowie ein gesundes Körpergefühl, den gegenseitigen Respekt, Hilfsbereitschaft, Teamfähigkeit und vermittelt Methoden zur Stressbewältigung
- Einsatz fachlich qualifizierter Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, in der Umsetzung des Projektes, die eine GUT DRAUF -Basisschulung absolviert und über eine abgeschlossene Ausbildung als Sozialarbeiter/in, Sozialpädagogin, Erzieher/in, Entspannungspädagogin verfügen. Die Angebote sowie die Ergebnisse werden öffentlichkeitswirksam dokumentiert und veröffentlicht.
- Das Projekt insgesamt sowie die durchgeführten Bildungscamps werden reflektiert, evaluiert und kontinuierlich weiterentwickelt. In Zusammenarbeit mit einem qualifizierten Partner wird zusätzlich ein Konzept zur wissenschaftlichen Begleitung und Evaluation entwickelt.



Kostenplan

Ausgaben

Fachkraft	21.200,00 EUR
Sachkosten	1.000,00 EUR

Gesamt 22.200,00 EUR

Einnahmen

Stadt Bornheim	20.000,00 EUR
Eigenmittel	2.200,00 EUR

Gesamt 22.200,00 EUR

Die Bildungscamps werden über TN-Gebühren und Spenden finanziert.

Stephan Langerbeins
Leiter des Evangelischen Kinder- und Jugendreferates
der Kirchenkreise An Sieg und Rhein und Bonn

