

# Projekttag "Soziale Kompetenz"

Ein persönlichkeitsstärkendes Training für Jugendliche

Was ist das?

Das Soziale Kompetenz-Training fördert den Erwerb von Schlüsselqualifikationen wie Kommunikations- und Konfliktfähigkeit, Team- und Reflexionsfähigkeit sowie Empathie. Das Training setzt sich je nach Bedarf der Gruppe aus individuell gewählten Bausteinen zusammen.

Die Ziele

Ziel der Projekttag ist die Entwicklung von Strategien zur Förderung positiven Verhaltens und zur Erweiterung der eigenen Handlungsmöglichkeiten. Den Jugendlichen wird die Möglichkeit geboten, sich mit ihren Verhaltensmustern auseinander zu setzen, das Verhalten des Gegenübers bewusst wahrzunehmen und die Verantwortung für das eigene Tun und Handeln zu überprüfen und zu übernehmen.

Die Inhalte

Bausteine der Projekttag können sein:

- Reflexion von eigenem Verhalten, z.B. in der Schule, im Praktikum, in der Freizeit,
- Analyse der eigenen Schwächen und Stärken,
- Sensibilisierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Förderung von Empathie,
- Bewältigung von Kooperations- und Teamaufgaben,
- Zielformulierung für den Übergang Schule-Beruf,
- verbale, nonverbale Kommunikation,
- konstruktive Konfliktbewältigung,
- aktive Auseinandersetzung mit dem Thema „Gewalt“,
- Entwicklung von Anti-Mobbing-Strategien,
- Selbstbehauptungs- und Deeskalationstraining,
- Einführung in das Jugendstrafrecht.

Die Methoden

Wir arbeiten u. a. mit Gesprächen, Interaktionsübungen und Rollenspielen (inkl. Videoanalysen). Die verwendeten Methoden fordern die Jugendlichen heraus, die Projekttag mit Spaß aktiv mitzugestalten. Die jeweiligen Themen der Teilnehmer/innen werden aufgenommen und so weit wie möglich berücksichtigt, um den Lebensweltbezug herzustellen.

Die Rahmenbedingungen

Die Projekttag richten sich an alle Schulformen ab Klasse 5, berufsvorbereitende Maßnahmen und außerschulische Einrichtungen. Mit den Lehrkräften bzw. pädagogischen Fachkräften wird gemeinsam darüber beraten, welche Schwerpunkte gesetzt werden, und ob sie selbst aktiv in die Projekttag mit einbezogen werden. Die Dauer der Projekttag umfasst in der Regel 1-3 Tage à 5 Stunden, kann nach Absprache aber auch individuell gestaltet werden.