

HelDenHand – Helfen Denken Handeln

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit übersende ich Ihnen wie besprochen ein Angebot sowie das Kurzkonzept zur Durchführung von HelDenHand (Schüler/innen-Training) einem sozialen- und emotionalen Trainingskurs zur Stärkung des Selbstbewusstseins, der Handlungskompetenzen in Gewaltsituationen und der Zivilcourage.

Was macht einen Helden aus? Diese Frage beantworten wir mit Sicherheit alle ähnlich. Courage, Mut, Stärke... kommen jedem von uns recht schnell in den Sinn. Wir möchten Ihrem Kind die Chance geben, Fähigkeiten und Wissen zu erlernen, um in gefährlichen Situationen sich Selbst und ggf. Andere schützen zu können. Und vor allem gar nicht erst in gefährliche Situationen zu geraten.

Konzeption

Ihre Herausforderung – unsere Lösung

Die Kinder Ihres Quartiers sind immer wieder mit Gewalt konfrontiert und dadurch nachhaltig belastet. Ihr Ziel ist es, einen freiheitlich demokratischen, wertschätzenden und friedvollen humanistischen Geist zu etablieren und aufrecht zu halten. Mit unserem sozialen und emotionalen Trainingskurs HelDenHand entzünden wir den Funken, der das Feuer entfachen kann.

Wir holen die Kinder an dem Punkt ihrer Entwicklung ab an dem sie stehen und vermitteln ihnen individuell angepasst die essenziellen Fähigkeiten und Fertigkeiten, welche für eine zugewandte und friedvolle Zivilgesellschaft notwendig sind. Was können die Kinder, nachdem sie aktiv an HelDenHand teilgenommen haben? Die Kinder sind im Anschluss besser in der Lage ihr eigenes Handeln zu reflektieren, hilfreiche Entscheidungen für sich zu treffen, die Körpersprache ihres Gegenübers zu deuten und lösungsorientiert Konflikte zu deeskalieren.

Bankverbindung:

Konto: Sebastian Arnoldi & Philip Voigt GbR
IBAN: DE12 1001 0123 1151 6199 27
Bank: Quonto
Stand: 01/2024

Postanschrift:

Hans Loskant-Weg 33
65929 Frankfurt a. Main
UID Nr.: DE329002854

Kontakt:

www.schul-coach-mainzs.de
mobil: +49 152 34 0235 81
E-Mail: info@schul-coach-mainz.de

Architektur der pädagogischen Inhalte

Jenseits der offiziell propagierten Werte und Verhaltensweisen unserer Gesellschaft gibt es weitere, eher verdeckte Strukturen, die sich auf das Handeln Aller maßgeblich auswirken. Diese – oft auch unreflektierten - Strukturen oder Verhaltensmuster werden von Kindern häufig reproduziert, da sie Sinn und Orientierung stiften und die Welt so berechenbar machen. Um also junge Menschen nachhaltig zu beeinflussen oder zu verändern, gilt es Empathie und Verständnis zu stiften. In der Folge wird es möglich, erkannte Strukturen in neue Bahnen zu lenken. Hierzu ist es wiederum nötig, den Teilnehmenden geeignete Fähigkeiten und Fertigkeiten an die Hand zu geben, um die Empathie und das Verständnis in Handlungen umwandeln zu können. Ein wichtiges Element dabei sind regelmäßige Reflexionsphasen. Die Architektur unseres Trainingsprozess haben wir dementsprechend folgendermaßen aufgebaut:

1. Ankommen im Sitzkreis
2. Willkommensrunde (Warm-Up)
3. Rückschau auf bisher erarbeitete Inhalte
4. Erster Teil Trainingseinheit
5. Reflektion
6. Zweiter Teil Trainingseinheit
7. Reflektion
8. Abschluss (Cool-Down, Verabschiedung)

Das Training besteht aus zehn 90-minütigen Einheiten, welche in einem wöchentlichen Turnus oder als Projektwoche abgehalten werden können.

Inhalte der Trainingsmodule

1. Kennenlernen und Orientierung

Um angemessen auf die Bedarfe der Teilnehmenden eingehen zu können, ist es wichtig, dass diese eine Idee davon haben mit wem sie zusammenarbeiten, und es schaffen eine hilfreiche Arbeitsbeziehung ohne Ängste, sowie eine Vertrauensbasis aufzubauen. Dazu führen wir erlebnisorientierte Teamaufgaben durch. Ziel ist es, sowohl informale Strukturen als auch die (immer vorhandenen) Ängste und Sorgen der Kinder wahrzunehmen, um im weiteren

Bankverbindung:

Konto: Sebastian Arnoldi & Philip Voigt GbR
IBAN: DE12 1001 0123 1151 6199 27
Bank: Quonto
Stand: 01/2024

Postanschrift:

Hans Loskant-Weg 33
65929 Frankfurt a. Main
UID Nr.: DE329002854

Kontakt:

www.schul-coach-mainzs.de
mobil: +49 152 34 0235 81
E-Mail: info@schul-coach-mainz.de

Verlauf des Prozesses angemessen damit umgehen zu können und die Veränderung so aktiv zu gestalten.

2. Stadtteil Karte

Zunächst erstellen die Kinder eine Karte des Stadtteils mit individuellen Stationen. Diese Karte dient der späteren Erkundung des Stadtteils. Der Focus liegt dabei sowohl auf Schutzräumen als auch auf möglichen Gefährdungslagen. Speziell geht es darum, wo gibt es Institutionen, Vereine, Träger oder Personen, die Kindern in Krisensituationen helfen können. z Karte wird zudem ergänzt durch Erkenntnisse der Schulsozialarbeit und der Kinder- und Jugendzentren.

3. Quartier Erkundung

Aus den Erkenntnissen der Stadtteil Karte entsteht eine Quartierserkundung zu ausgewählten Plätzen. Hier können sich die Schülerinnen und Schüler gegenseitig ihr Quartier vorstellen und Ihnen Orte zeigen, an denen sie Hilfe bekommen können. Das Alleinstellungsmerkmal an HelDenHand ist, dass es sich am Sozialraum und den tatsächlichen Akteuren im Lebensumfeld der Kinder orientiert. Erst wenn die Schülerinnen und Schüler ein Bewusstsein dafür haben, wo sie verlässlich „Hilfe“ bekommen, können sie Selbstbewusst in schwierigen Situationen agieren. Ebenso können Orte angesteuert werden, an denen die Kinder schonmal ein unangenehmes Gefühl hatten, um mit diesen Gefühlen in den nächsten Einheiten weiter arbeiten zu können.

4. Gefühle und Körpersprache

Auch wenn wir oft gerne rational und objektiv wären, ist dies spätestens im zwischenmenschlichen Kontakt eine Illusion. Ziel ist es, dass die Kinder wissen welche Basisgefühle es gibt und wie Gefühle ihr Handeln beeinflussen. Sobald der Prozess der Selbstanalyse begonnen hat, werden auch die eigenen Reaktionen berechenbar und verlieren an Willkür. Weiter bekommen sie die Chance ihre Wahrnehmung zu schulen, um diese Gefühle auch in ihrem Körper und dem Anderer spüren und sehen zu lernen. Die Körpersprache anderer Menschen lesen zu können ist tief in uns verankert. Schaffen wir allerdings wieder ein Bewusstsein dafür, können wir auch Situationen besser einschätzen und notwendiges Handeln ableiten.

5./6. Grenzen und Konfrontieren

Wir sind alle die Summe unserer Erfahrungen und somit sind auch unserer körperlichen, mentalen, emotionalen und sozialen Grenzen äußerst individuell. Erst wenn wir uns der eigenen Grenzen bewusst sind, sind wir in der Lage für diese couragiert einzustehen und Maßnahmen zu ergreifen, um diese zu schützen. Wer diese Fähigkeit beherrscht, gilt als resilient. Um für die eigenen Grenzen eintreten zu können ist es essenziell die Umwelt mit diesen zu konfrontieren. Dies beginnt mit sanfter Körpersprache und kann sich eskalieren zu einem klaren, lauten und bestimmten „Stopp – Hör auf damit“. Diese Fähigkeit lässt sich in gezielten Übungssequenzen hervorragend trainieren.

7./8. Courage und Hilfe holen

Wie lernt man Zivilcourage? Nachdem sich Kinder ihrer eigenen Grenzen bewusst sind, können sie besser einschätzen in welchen Situationen sie parteiergreifen können und sollten und in welchen Situationen es hilfreicher ist, „Hilfe“ zu holen. Doch auch beim „Hilfe holen“ gibt es wichtige regeln,

Bankverbindung:

Konto: Sebastian Arnoldi & Philip Voigt GbR
IBAN: DE12 1001 0123 1151 6199 27
Bank: Quonto
Stand: 01/2024

Postanschrift:

Hans Loskant-Weg 33
65929 Frankfurt a. Main
UID Nr.: DE329002854

Kontakt:

www.schul-coach-mainz.de
mobil: +49 152 34 0235 81
E-Mail: info@schul-coach-mainz.de

um nicht in die nächste schwierige Situation zu geraten. Dazu werden die Kinder darauf trainiert nicht mit in die Wohnung eines Fremden zu gehen, auch wenn sie diesen um Hilfe gebeten haben.

9. Deeskalieren und Statuswippe

Um Konflikte erfolgreich zu deeskalieren ist Wissen über grundsätzliche Abläufe in Konflikten und Übung unabdingbar. Aufbauend auf den vorherigen Terminen verbinden wir innere und äußere Haltung zu einem Gesamtkonzept, um sowohl Lösungsbereitschaft als auch Stärke auszustrahlen. Kombiniert mit dem Wissen darüber, wie Situationen eskalieren sind die Schülerinnen und Schüler im Anschluss besser in der Lage, früher und angemessener zu reagieren.

10. Abschlusstermin

Der Abschlusstermin dient dazu, dass gemeinsam erlernte zu einem Gesamtbild zusammen zu setzen und ein erfolgreiches Training zu feiern und die Teilnahmekunden entgegenzunehmen. Ebenso ist diese Einheit zur Reflektion, für Feedback und ggf. kurze Wiederholungen vorgesehen.

Unsere Leistung ihre Investition

Wir bieten Ihnen folgende Leistungen:

- Kontakt zu potenziellen Kooperationspartnern (Schulsozialarbeit, Kinder-, Jugend-Kulturzentren, Träger der Jugendhilfe, Gemeinde, Öffentliche Einrichtungen, usw.)
- Vorgespräch mit der Schulleitung, Schulsozialarbeit und Klassenleitung
- Durchführung HelDenHand mit einem qualifizierten Trainer/in
- Zertifikat für die Klasse
- Investition: 1900€ zzgl. 19% USt

Bei Fragen Ihrerseits stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Ich bedanke mich für das entgegengebrachte Interesse und verbleibe

mit freundlichen Grüßen

Philip Voigt

Bankverbindung:

Konto: Sebastian Arnoldi & Philip Voigt GbR
IBAN: DE12 1001 0123 1151 6199 27
Bank: Quonto
Stand: 01/2024

Postanschrift:

Hans Loskant-Weg 33
65929 Frankfurt a. Main
UID Nr.: DE329002854

Kontakt:

www.schul-coach-mainz.de
mobil: +49 152 34 0235 81
E-Mail: info@schul-coach-mainz.de