

„Fit for Future“ - Intensives Gruppencoaching zur Stärkung der Sozial- und Lebensbewältigungskompetenzen von Jugendlichen

Das Projekt „Fit for Future“, durchgeführt vom Sozialwerk Dürener Christen, richtet sich an Jugendliche an Förderschulen. Das Projekt verfolgt das Ziel, die persönlichen und sozialen Ressourcen sowie die Lebensbewältigungsstrategien der Jugendlichen zu stärken, um den Prozess der gesellschaftlichen und sozialen Integration bzw. Inklusion zu unterstützen.

Jugendliche an Förderschulen sind zunehmend von Multiproblemlagen betroffen, diese erschweren ihnen die Teilhabe und Bewältigung des gesellschaftlichen Lebens, auch in Hinblick auf die schulische bzw. berufliche Laufbahn.

Die Schule ist für viele Jugendliche einer der wenigen verlässlichen und sicheren Orte, an dem sie „erreichbar“ sind und sich auf ein intensives Gruppenangebot einlassen. Verstärkt wird dies durch die Zusammenarbeit mit den Lehrkräften und der Präsenz der Schulsozialarbeiterin in den Trainingseinheiten.

Jugendliche können in dem Projekt ihr Verhalten in der Gruppe erproben, sie erfahren im geschützten pädagogischen Raum Rückmeldungen durch die anderen Jugendlichen, sie können sich in Kooperationsfähigkeit und konstruktiver Auseinandersetzung üben und Vertrauen in ihre sozialen Fähigkeiten entwickeln. Sie lernen, eigene Gefühle adäquat wahrzunehmen und auszudrücken sowie die Befindlichkeiten anderer sicher einzuschätzen.

Das Projekt soll den Jugendlichen die Möglichkeiten bieten, sich mit ihren Verhaltensmustern, ihren Zielen und Perspektiven, ihren Biographien sowie ihren Stärken und Schwächen intensiv auseinanderzusetzen, daraus Kompetenzen zu entwickeln und in der Folge das eigene Handeln eigenverantwortlich und aktiv zu gestalten. Das Projekt ist nach dem Prinzip eines modularen Baukastensystems aufgebaut.

Die Ziele des Projekts sind folgende:

- respektvoller Umgang
- Aneignung und Stärkung gewaltfreier Konfliktlösungsstrategien
- Auseinandersetzung mit Gefühlen und Körpersprache
- Verbesserte Kooperationsbereitschaft
- adäquater Umgang mit den eigenen Gefühlen und mit den Befindlichkeiten anderer
- Bedürfnisse gewaltfrei einbringen können
- Selbstreflexion
- Sozialkontakte regulieren und gestalten
- Erhöhung der Frustrationstoleranz
- Lösungen für den Umgang mit Aggression und Wut finden
- Soziale Unterstützung wahrnehmen und annehmen lernen

Theoretische methodische Grundlagen des Projektes sind die systemische Sichtweise, Symbolarbeit nach Wilfried Schneider und der gestalttherapeutische Ansatz. Darüberhinaus werden kreative Methoden,

Methoden aus der Erlebnispädagogik, Übungen zur Selbstbehauptung und Entspannungstechniken eingesetzt.

Das Projekt basiert auf einer ressourcenorientierten und wertschätzenden Grundhaltung. Die Arbeitsweise ist grundsätzlich handlungs- und erlebnisorientiert.

Es wird der Ansatz des Coachings verfolgt. „Coaching“ steht dabei für eine Mischung aus prozessorientierter Beratung, zielorientierter Anleitung und handlungsorientiertem Training.

Die Module des Trainings sind an das Modell „Säulen der Identität“ nach Petzold angelehnt.

Das Training will die Jugendlichen zur Achtsamkeit für die verschiedenen Bereiche der Identität sensibilisieren. Gleichzeitig sollen die Jugendlichen positive Erfahrungen in den Bereichen machen und Strategien entwickeln, die eine Stärkung ihrer fünf Säulen bewirken und Lebensbewältigung möglich machen.

Das Projekt richtet sich an Jugendliche, die verstärkt durch herausfordernde, sozial schwierige Verhaltensweisen auffallen und/oder auf Grund von Multiproblemlagen und Krisensituationen einen hohen Bedarf an Begleitung und Unterstützung aufzuzeigen.

Das Training wird in der Mittelstufe (Klassen 5 bis 7) für eine altershomogene Kleingruppe einmal wöchentlich für 2 Schulstunden über 20 Wochen angeboten. Durchgeführt wird das Training von zwei Trainerinnen des Sozialwerks und der Schulsozialarbeiterin Frau Buntenbroich.

Parallel zur Gruppenphase finden intensive Einzelgespräche mit den Jugendlichen statt. Außerdem befinden sich die Trainierinnen, die Schulsozialarbeiterin, die Lehrkräfte und die Koordinatorin des Projekts im regelmäßigen Austausch und Evaluation.

(vgl. Projektbeschreibung „Fit for Future“ - Intensives Gruppencoaching zur Stärkung der Sozial- und Lebensbewältigungskompetenzen von Jugendlichen, Sozialwerk Dürener Christen)