



Ich gehör dazu!

Ein Seminar zur Integration und Persönlichkeitsentwicklung

Wald-Michelbach — Rund zehn Schülerinnen und Schüler zwischen 15 und 18 Jahren kamen im Odenwald-Institut zu einem Seminartag zusammen. Das Seminar „Ich gehör dazu!“ ist Teil eines Sozialkompetenztrainings. Mit Übungen zur Eigen- und Fremdwahrnehmung erlebten die Teilnehmenden, welche Bedeutung und Wirkung jeder einzelne auf die Gruppe hat.

Ziel war es, die Jugendlichen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu fördern sowie soziale und emotionale Kompetenzen zu erkennen und damit Selbstwertgefühl und Eigenmotivation zu erhöhen. Die Schülerinnen und Schüler sollten sich die eigene Weise des Umgangs mit unterschiedlichsten Lebenssituationen bewusst machen und sozial verträgliche, eigenverantwortliche Möglichkeiten ihres eigenen Umgangs einüben.

Seminarleiter Jürgen Brilmayer arbeitete mit KiKG® nach Joel Weser vom Institut für Körperarbeit und systemische Lösungen in Erbach. KiKG® steht für Ki (Chi), Körper- und Gestaltarbeit zur PrEssenz. „Mit der KiKG®-Arbeit“ lassen sich Wirkkräfte und Wechselwirkungen zwischenmenschlicher Begegnung unmittelbar erfahren“, so der Dipl.-Sozialarbeiter, Schreinermeister und Kampfkunsttrainer Jürgen Brilmayer. Körperarbeit ermögliche dabei einen leichten Zugang, über den schnell eine intensive, authentische und vitale Begegnung spürbar wird. Dabei arbeiteten die Jugendlichen in vielfältigen Einzel-, Paar- und Gruppenübungen.



Foto: Jürgen Brilmayer



Foto: Jürgen Brilmayer

Unterstützt wurde die prozess- und ressourcenorientierte Arbeit durch Gespräche, Metaphern, Spiele, Phantasie Reisen und Geschichten. Dabei ging es um die verschiedensten Situationen, in denen sich Menschen befinden können und wie sie darin bestehen.

Die Jugendlichen konnten sich frei entscheiden, ob und

welche Übungen und Spiele sie mitmachen würden. Zu ihrer eigenen Überraschung wollte kaum jemand eine Übung auslassen.

Klare Regeln und Rituale, etwa zur gegenseitigen Achtung, waren ein wichtiger Teil des Seminars. Dazu gehörte das gemeinsame Tischdecken und anschließende Aufräumen. Schon beim Start mit dem gemeinsamen Frühstück ebenso wie beim Mittagessen regelte die Gruppe unkompliziert untereinander den Ablauf so, dass jeder seinen Anteil auch leisten konnte.

Gleich in der ersten Gruppenübung erfuhren die Beteiligten, welche Bedeutung jeder einzelne für die Gruppe hat, dass und wie sich sein Verhalten direkt und unmittelbar auf die ganze Gruppe auswirkt. Außerdem wurde erkennbar, wie die Gruppe jede Bewegung des Einzelnen immer wieder ganz von selbst auszugleichen versucht, um eine stimmige Balance innerhalb der Gruppe herzustellen, die immer mit Entspannung zu tun hat. Die anschließende Reflexion brachte überraschende Ergebnisse, die von jeder Gruppe präsentiert wurden: Wichtig ist Vertrauen, Zusammenhalt, auf den anderen achten und auch die Bedeutung des richtigen Timings sowie Spaß. In weiteren Übungen wurden spielerisch persönliche Grenzerfahrungen erlebt oder der Blick auf die gegenseitigen Stärken und Kompetenzen gelenkt. So entstand gegenseitige Wertschätzung, die sich wohltuend auf die gesamte Atmosphäre auswirkte.

An Ende wurde in Einzelgesprächen besprochen, wie die jeweiligen Erfahrungen von jedem persönlich in den Alltag übernommen werden können. Dass die Jugendlichen an diesem Tag viel Spaß bei der Arbeit hatten, zeigten die durchweg positiven Rückmeldungen der Jugendlichen.



Foto: Jürgen Brillmayer

Das Seminar wird vom Odenwald-Institut der Karl Kübel Stiftung für Schulen, Klassen, Jugendgruppen, Vereine oder Initiativen angeboten und kann vom kommunalen Jugendbildungswerk gefördert werden. Weitere Themen sind: die Suchtprävention „Risiko, Regeln und Rituale“ im Projekt „Gute Zeiten-Schlechte Zeiten“, Fit für die Schule, Teambildung, Fair-Streit-Training, Kämpfen anders, das Chaos der Gefühle, Film ab und Schnitt sowie Jugendcamps zu Kunst und Ökologie. Auch Schüler- und Jugendgruppen außerhalb des Kreises Bergstraße können diese Seminare buchen. Informationen sind erhältlich unter Telefon 06207 605-0 oder im Internet abrufbar unter www.odenwaldinstitut.de.