

Persönliche Grenzen erkennen und einhalten – Awareness und Selbstbehauptung für Teamer*innen

Wenn wir mit Gruppen arbeiten oder in Gruppen aktiv sind, sind wir mit dafür Verantwortlich, dass es uns selbst und anderen gut geht! Aber wie soll das gehen? Und warum machen die Anderen das nicht auch mal? Für einen verantwortungsvollen Umgang miteinander ist es unerlässlich, dass Teamer*innen dazu in der Lage sind Grenzüberschreitung bei teilnehmenden Personen ihrer Gruppe, aber auch bei sich selbst zu bemerken und eine kompetente Lösungsstrategie für solche Situationen zu haben. Auch in anderen Zusammenhängen, wie Schule, Job, Familie/ Freund*innen und Freizeit ist es hilfreich ein „Nein“ formulieren zu können und ein „Nein“ annehmen zu können.

Durch eine Mischung aus Praxis, Theorie, Selbstreflexion und Gespräche werden wir unsere Aufmerksamkeit schulen und unsere Handlungsspielräume erweitern. Persönliche Bezüge und Fragen zu dem Thema sind willkommen und können einfließen, müssen es aber nicht. An diesem Wochenende beziehen wir uns auf verschiedene Ansätze, von gewaltfreier Kommunikation über WenDo bis zu Definitionsmacht. Wir versuchen jeweils die Betroffenen Perspektive und die Privilegierte Perspektive zu beleuchten.

Dieses Wochenende dreht sich um die Themen:

- Was sind Persönliche Grenzen und wo liegen sie?
- verschiedene Arten „Nein“ zu formulieren und anzunehmen
- selbstsicheres deeskalatives Auftreten in konflikthafter Situationen
 - Körpersprache und Stimme
- Awareness für Machtgefälle in Gruppen, inklusive der eigenen Position
- Unterstützung von Betroffenen von Grenzüberschreitungen

KOSTEN: 35,- € BDP 45,-€ Non-BDP

15.-17.11.2019

Jugendhof Bessunger Forst (bei Darmstadt)
Aschaffenburg Straße 183 - 187 64380 Roßdorf
Die Haltestelle „Jugendhof Bessunger Forst“ ist vom Darmstädter Hauptbahnhof sehr gut mit einigen Buslinien zu erreichen (> www.rmv.de)

Start der Veranstaltung: Freitag, den 15.11. um 17.00h

Ende der Veranstaltung: Sonntag, den 17.11. nach Absprache

Bitte bringt eure eigene Bettwäsche mit, sonst kostet euch das 7,-€ zum ausleihen.

Für die Veranstaltung „**Awareness**“ melde ich mich hiermit verbindlich an.

Ich bin Vegetarier*in. Ich esse alles Halal Veganer*in (zutreffendes bitte ankreuzen)

Vorname Name: _____

Geb.: _____

Adresse: _____

Tel: _____

Email: _____

Ich will gerne noch Folgendes einbringen _____

Was ihr noch über mich wissen müßt: _____ (Allergien etc.)

Bei Minderjährigen: Ich/Wir sind damit einverstanden, daß unsere Tochter/unsere Sohn sich in kleineren Gruppen nach Absprache zeitweise selbstständig und ohne weitere Aufsicht bewegt.

Unterschrift(en):(bei Minderjährigen auch der/die Erziehungsberechtigte)

Ich benötige eine Schulbefreiung Ja / Nein

Meine Schule heißt: _____ in: _____

Bitte schickt diesen ausgefüllt an:
BDP Hessen
Baumweg 10
60316 Frankfurt
oder via Email an: bdplvh@gmx.de