



PAG –

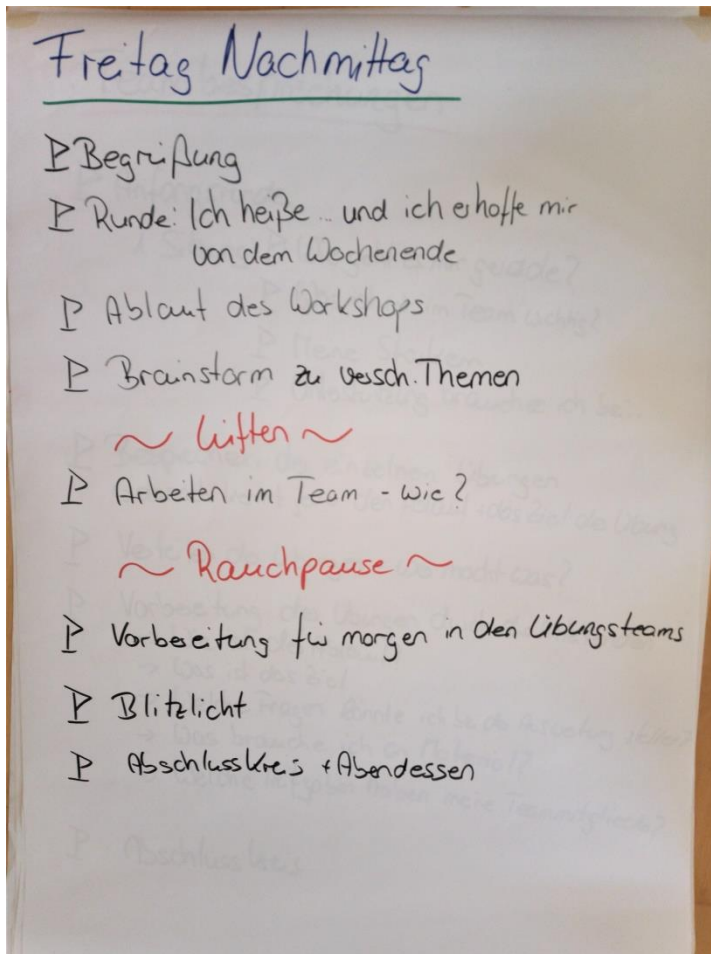
Training für Workshop- **Begleitung**

in der JVA Uelzen

11. – 13. Februar 2022

mit Susanne

Freitag Nachmittag



Training für Workshop-Begleitung – Ziele:

- Teambildung
- Nützliches Teammitglied
- Begleitung statt Training
- Selbstvertrauen und Verantwortung eines Begleitenden
- Workshop-Planung und – Vorbereitung
- Zeitmanagement
- Feedback geben und erhalten

Brainstorm

Eigenschaften + Fähigkeiten eines PAG-Begleiters

- Respekt
- Sehr viel Geduld
- Einfühlungsvermögen/Empathie
- Sensibilität
- Deutsch spricht (hier in D)
- Hilfreich: weitere Sprachkenntnisse
- Grundkenntnisse PAGs
- Teamfähigkeit
- Ernsthaftigkeit
- Durchsetzungsvermögen
- Kann auf Augenhöhe arbeiten
- Selbstbeherrschung
- Kontrolle (Überblick im Workshop)

Unterschied

Begleiter	Lehrer
gibt Hilfestellung	gibt an, was gemacht wird
gibt Denkanstöße	ist 'allwissend'
animiert zum Selber Nachdenken	Fachexperte
gleiche Augenhöhe	denkt, dass er immer recht hat
bringt seine eigenen Erfahrungen mit ein	Autorität

Team bei PAG

Team bei PAG

- ▷ Gemeinsame Entwicklung des Workshops/ des Inhalte
 - ↳ Entscheidung im **KONSENS**
 - gleiche Augenhöhe
 - jeder ist verantwortlich
 - jede Meinung ist gefragt/wird gehört
- ▷ Zusammenarbeit/ gegenseitige Unterstützung
- ▷ Feedback nach Workshop-Abschnitt
 - ↳ Bestärkung
 - ↳ konstruktives kritisches Feedback
- ▷ Vorbild! für Teilnehmer

Teambesprechungen

▷ Anfangsrunde

1. Sitzung:
 - ▷ Wie geht es mir gerade?
 - ▷ Was ist mir im Team wichtig?
 - ▷ Meine Stärken
 - ▷ Unterstützung brauche ich bei...

- ▷ Besprechen der einzelnen Übungen
 - ↳ danach kennt jeder den Ablauf + das Ziel der Übung
- ▷ Verteilen der Übungen - wer macht was?
- ▷ Vorbereitung der Übungen durch die Anleitenden
 - Wie ist der Ablauf?
 - Was ist das Ziel?
 - Welche Fragen könnte ich bei der Auswertung stellen?
 - Was brauche ich an Material?
 - Welche Aufgaben haben meine Teammitglieder?

▷ Abschlusskreis

Team bei PAG

Reflexion im Team

Jede Übung wird reflektiert!

- ▷ Zuerst spricht der Anleitende
 - ↳ Wie ging's mir in der Übung?
 - ↳ Reaktionen der TN

▷ Feedback des Teams

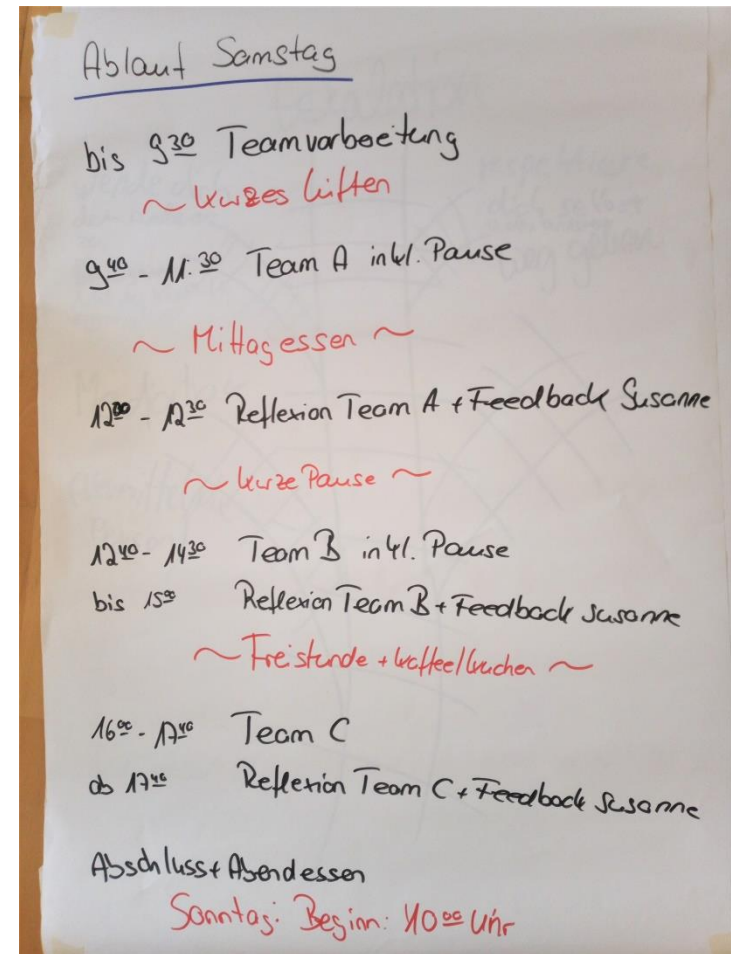
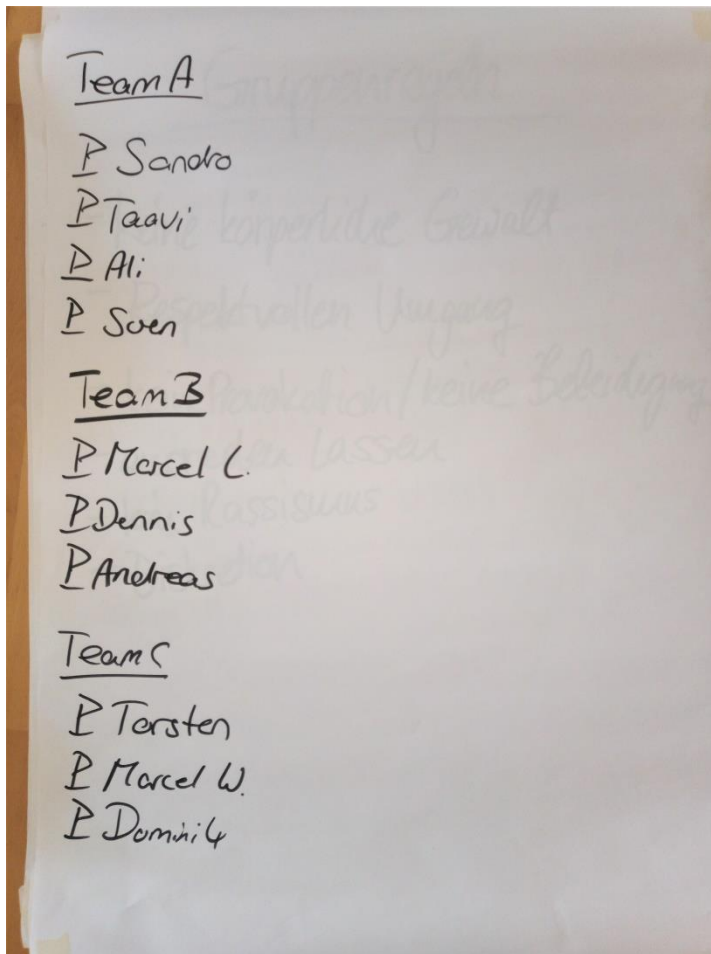
- ↳ Beobachtungen schildern
- ↳ Was lief gut?
- ↳ Was hätte er anders machen können!
- ↳ **Bestärkung** und **konstruktives, kritisches Feedback**

↳ Art **Haltung** achten

→ keine Abwertung, sondern **konstruktive**

Rückmeldung, damit der Andere **'wachsen'** kann

Übungsteams/Ablauf am Samstag



Team A (Ali, Sandro, Sven, Taavi)

Team A
Programmübersicht

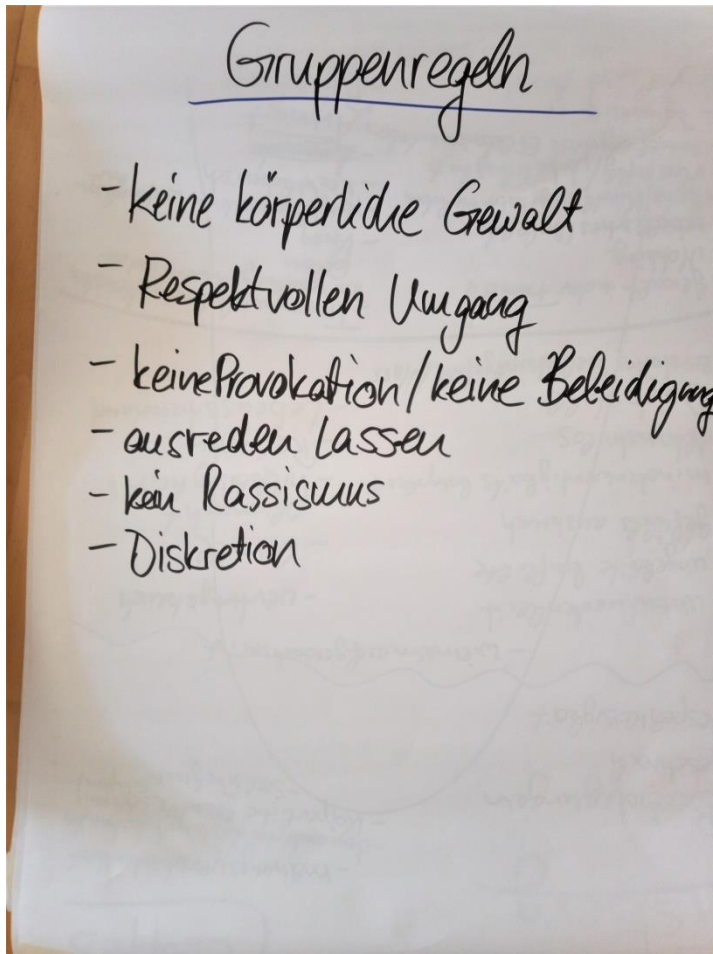
1. Begrüßung	Ali
2. Vorstellung des Teams	Alle
3. Vorstellung der Teilnehmer	Sandro
4. Erarbeiten der Gruppenregeln - erklären Orkan & Windstille	Taavi
5. PAG Geschichte „Erläuterung“	Ali
6. Name & pos. Adjektiv (Eigenschaftswort)	Sven
7. L&L: Was wachst du denn da?	Sandro

~ Pause ~

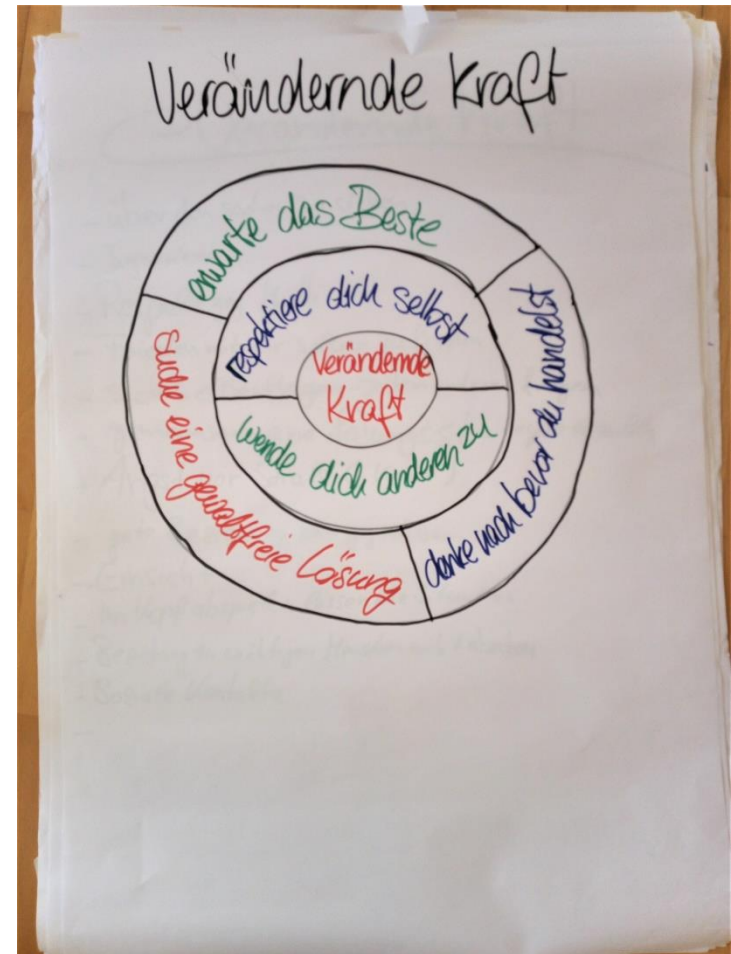
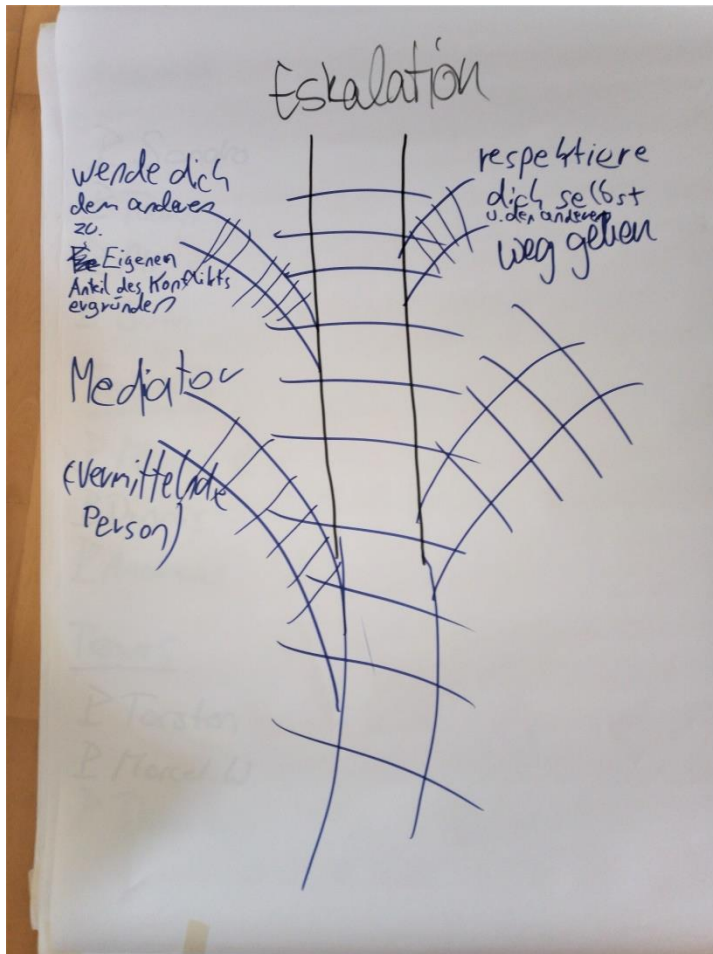
80

8. Bestätigungsübung:	Ali
Was ich an mir schätze...	
L&L: Der wilde Wind weht	
9. Einführung Verändernde Kraft	
- Erklärung des Mandala's	Ali
- Anzeichnung der Grafik	Sven
10. Auswertung	Sandro
Begleiter/Teilnehmer	Alle

Team A (Ali, Sandro, Sven, Taavi)



Team A (Ali, Sandro, Sven, Taavi)



Team B (Andreas, Dennis, Marcel)

Andreas, Marcel, Dennis

Team B

1. Begrüßung / Programmüberblick
2. Vorstellung der Trainer
3. Einführungskunde, Eine Beziehung in meinem Leben die ich verändern möchte
4. Eisberg „Aufbereitung von Gewalt“ Luftpause 10-15 min
5. L&L Faxgerät
6. Konzentrische Kreise
7. Pause → 13:45
8. Verändernde Kraft
 - a) Einleitung
 - b) Anreize finden für verändernde Kraft
 - c) Mandala
9. Auswertung Können wir was davon mitnehmen?

Eisberg (Gruppe B)

The diagram shows an iceberg with the following terms written around it:

- Meinungsverschiedenheit
- dem anderen das Wort abschneiden
- Körperliche Gewalt (Schlagen, Schupfen)
- Seelische Gewalt (Schulden)
- Beleidigungen
- geschrei
- Respektlosigkeit
- Wemahn aufgewacht ist
- unzufriedenheit
- ungelöste Konflikte
- gefühllos aufbruch
- minderwertigkeits komplexe
- Alternativlos
- Diebstahl
- zerstörtes Selbstwertgefühl / Hass
- vertragsbruch
- Grob
- Ohnmacht
- hilflosigkeit
- Religion
- Lebensstandard
- Gewalt in der Familie
- Mobbing
- rebellisches Umfeld
- keine Kindheit gehabt zu haben
- Missbrauch / Arbeitslosigkeit
- zu viel negative Erlebnisse in der Kindheit
- Ignoranz
- Verlust Ängste
- Sexuelle Unzufriedenheit
- Trennung von Eltern, Trennung Eltern
- z.B. Schilddrüsenknoten / Tod der Eltern
- Krieg
- mangel an positiver Aufmerksamkeit
- Recht haben, sich
- ~~Armut~~
- Armut
- Behinderung

Team B (Andreas, Dennis, Marcel)

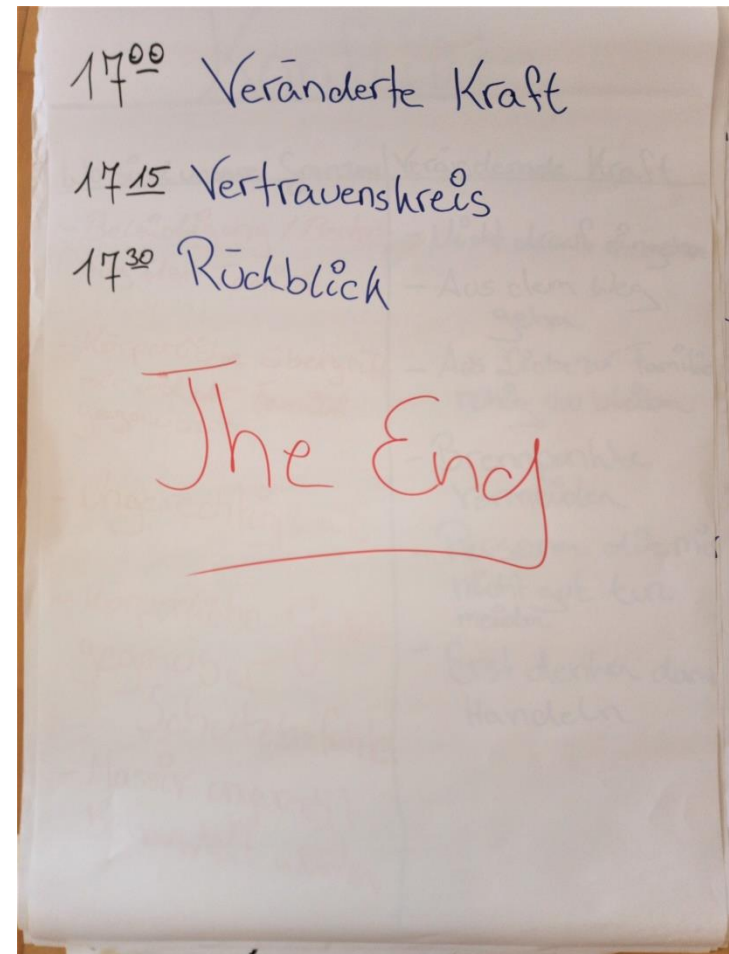
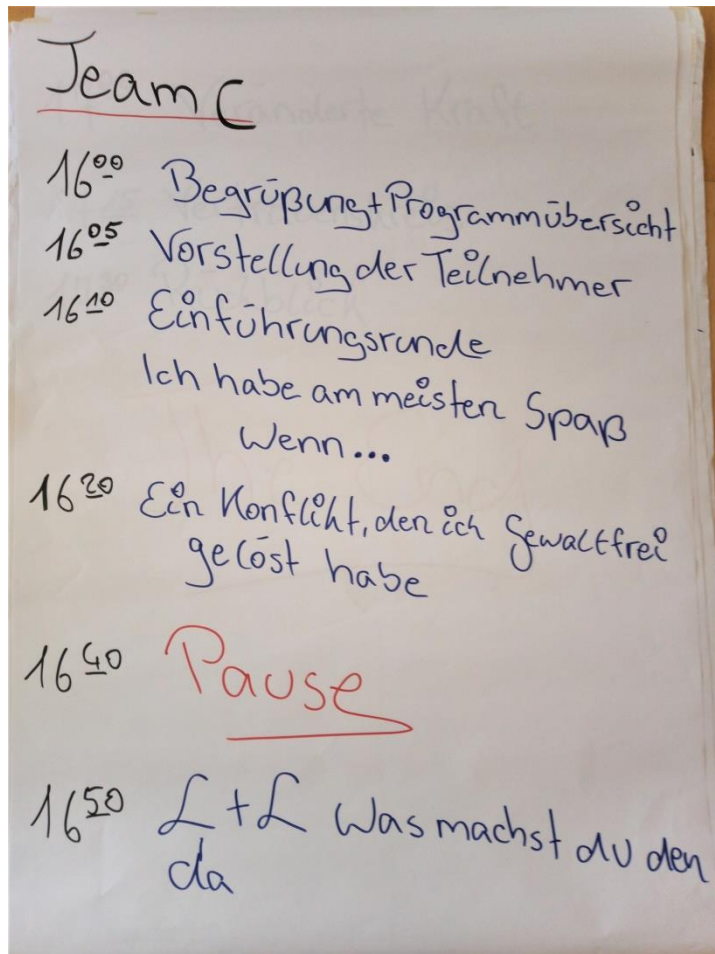
Eisberg ^{Gewaltfrei} Gruppe B

- Liebe - freundliches auftreten
- Vertrauen - Verständnis
- anlächeln
- Kompromiss, b.
- verbale Kommunikation
- umarmen
- Zuhören
- Mimik u. Gestik
- friedlich aufgewachsen
- Lösungsstrategien
- Toleranz
- Bildung
- Verständnis haben
- positive Absichten
- Vertrauensvorsprung
- Vergebung
- Erfahrungswerte
- PAg Beteiligung
- Religion
- Respekt zeigen
- "aufm Teppich bleiben"
- Vertrauensperson; Suizid
- angehört und verstanden zu werden
- Respekt volle behandelt zu werden
- Verhalten der Eltern nicht verurteilen
- behütetes Elternhaus
- Eltern tragen ihre Konflikte Gewaltfrei aus
- Vorbild / Vorlebt

Verändernde Kraft

- über den Sachen zu stehen
- Ignorieren
- Respekt geg. Mutti
- Frieden mit mir selber zu finden
- sich selber fragen → den anderen fragen
- gemeinsam eine Lösungsstrategie entwickeln
- Angst vor Strafe (Kraft)
- gute Beziehung zum gegenüber
- Einsicht
- im Kopf abspielen lassen die Situation
- Beziehung zu wichtigen Menschen nicht abbrechen
- Soziale Kontakte

Team C (Dominik, Marcel, Torsten)



Team C (Dominik, Marcel, Torsten)

Team C

16⁰⁰ Begrüßung + Programmübersicht

16⁰⁵ Vorstellung der Teilnehmer

16¹⁰ Einführungsrunde
Ich habe am meisten Spaß
Wenn...

16²⁰ Ein Konflikt, den ich gewaltfrei
gelöst habe

16⁴⁰ Pause

16⁵⁰ L + L Was machst du den
da

17⁰⁰ Veränderte Kraft

17¹⁵ Vertrauenskreis

17³⁰ Rückblick

The End

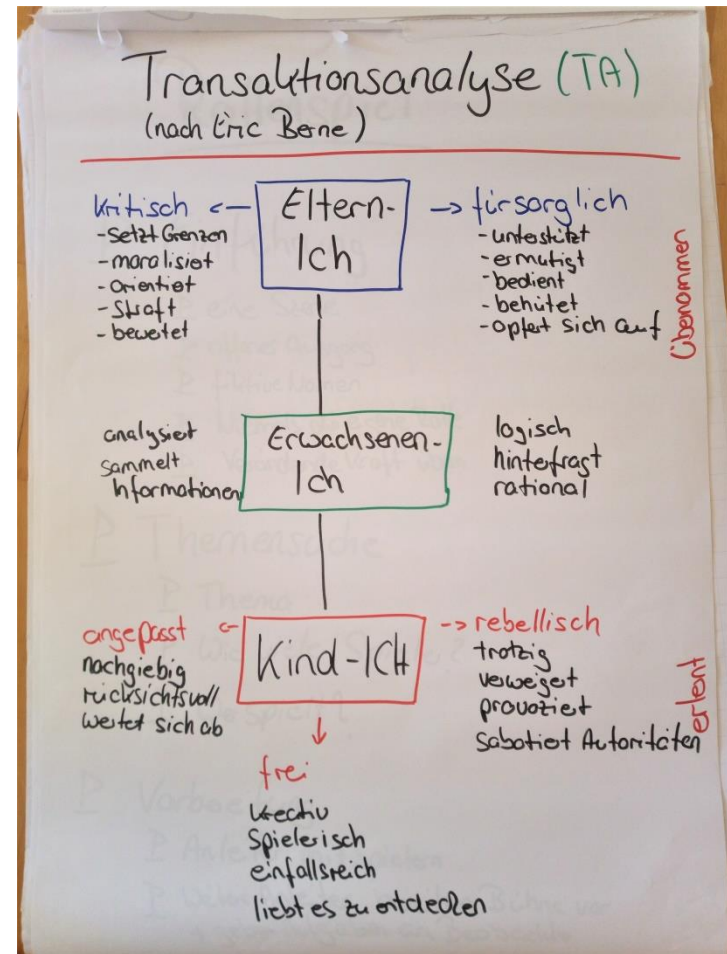
Team C (Dominik, Marcel, Torsten)

Konflikte

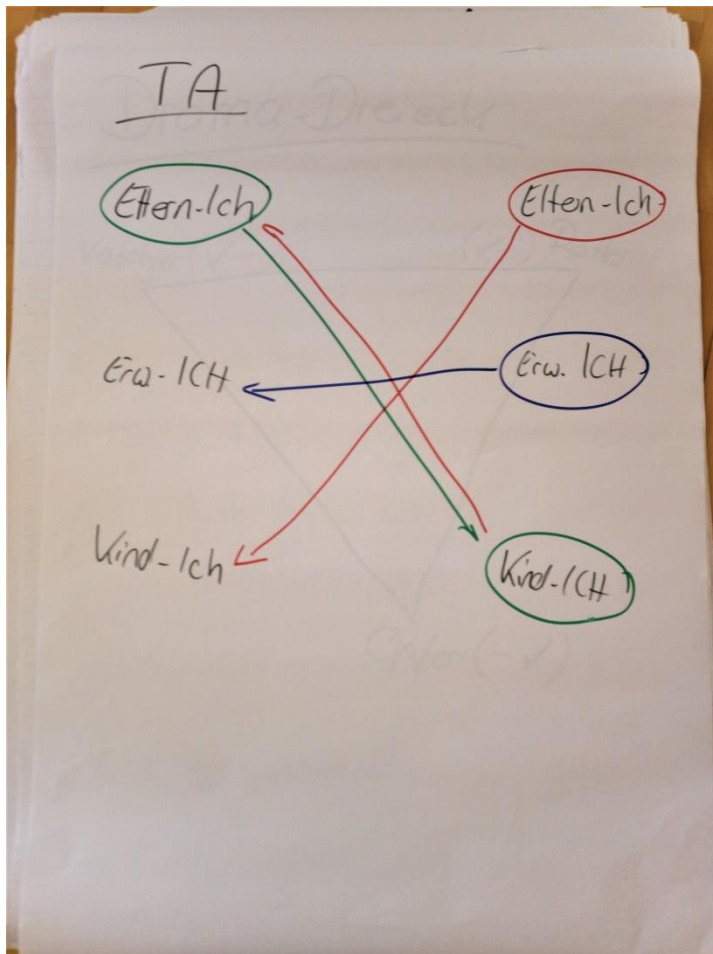
<u>Wo sind unsere Grenzen</u>	<u>Verändernde Kraft</u>
- Beleidigung / Bedrohung der Familie	- Nicht drauf eingehen - Aus dem Weg gehen
- Körperliche Übergriffe mir und der Familie gegenüber	- Aus Liebe zur Familie ruhig zu bleiben
- Ungerechtigkeit	- Brennpunkte vermeiden - Personen die mir nicht gut tun meiden
- Körperliche Gewalt gegenüber Schutzbefehle	- Erst denken dann Handeln
- Massiv ungerecht behandelt werden	

Sonntag / Transaktionsanalyse

- Sonntag
- ▷ Begrüßung, Übersicht
 - ▷ Runde: Wenn ich Schauspieler wäre, wäre ich die Idealbesetzung für... und warum...
 - ▷ L+L:
 - ▷ Einführung in die Transaktionsanalyse / das Drama-Dreieck
 - ~ Rauchpause
 - ▷ Ablauf Rollenspiel
 - ~ Mittagspause ~
 - ▷ Rollenspiel
 - ▷ Wie geht's weiter?
 - ▷ Betätigungsposte
 - ▷ Abschlussrunde, Ausgabe Poster, ...



Transaktionsanalyse



Analyse der Kommunikation

- Was sagt man? – verbal
- Wie sagt man es? – nonverbal

Beispiel:

Frage: Wo hast Du wieder die Zahnpasta versteckt?

→ Eltern-Ich an Kind-Ich

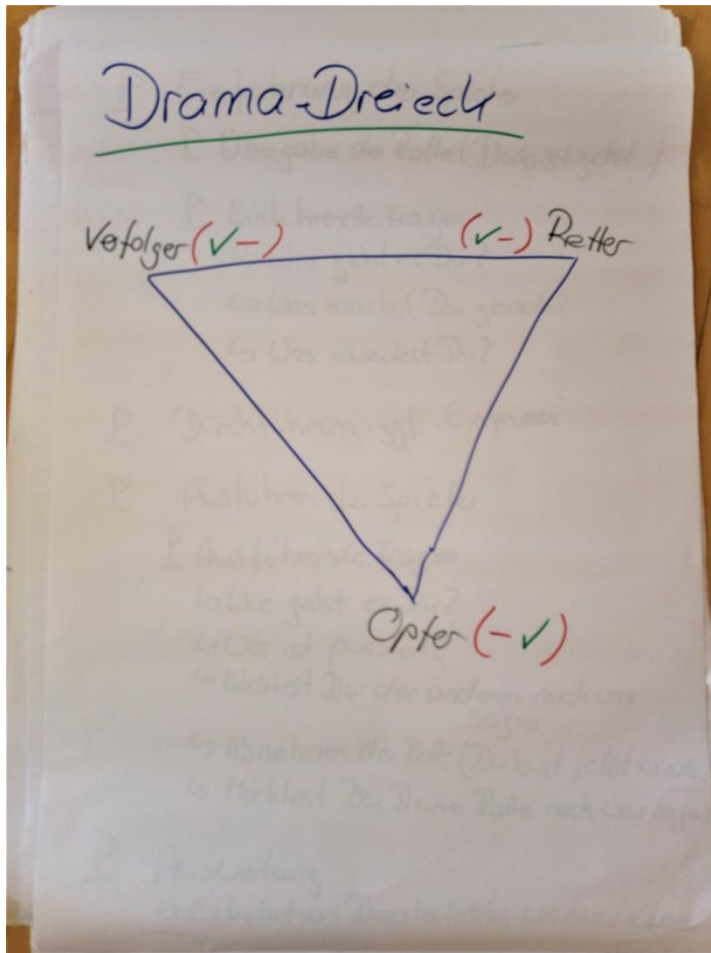
Antwortmöglichkeiten:

→ Kind-Ich: Im Tiefkühlfach! Wo sonst?

→ Eltern-Ich: Dort, wo Du sie immer liegen lässt!

→ Erwachsenen-Ich: Im kleinen Schrank unter dem Waschbecken.

Drama - Dreieck



Verfolger (oft: kritisches Eltern-Ich):

- Wirft vor, übt Kritik, lacht aus, weist zurecht, setzt herab
- Ich bin okay – Du bist nicht okay

Retter (oft: fürsorgliches Eltern-Ich):

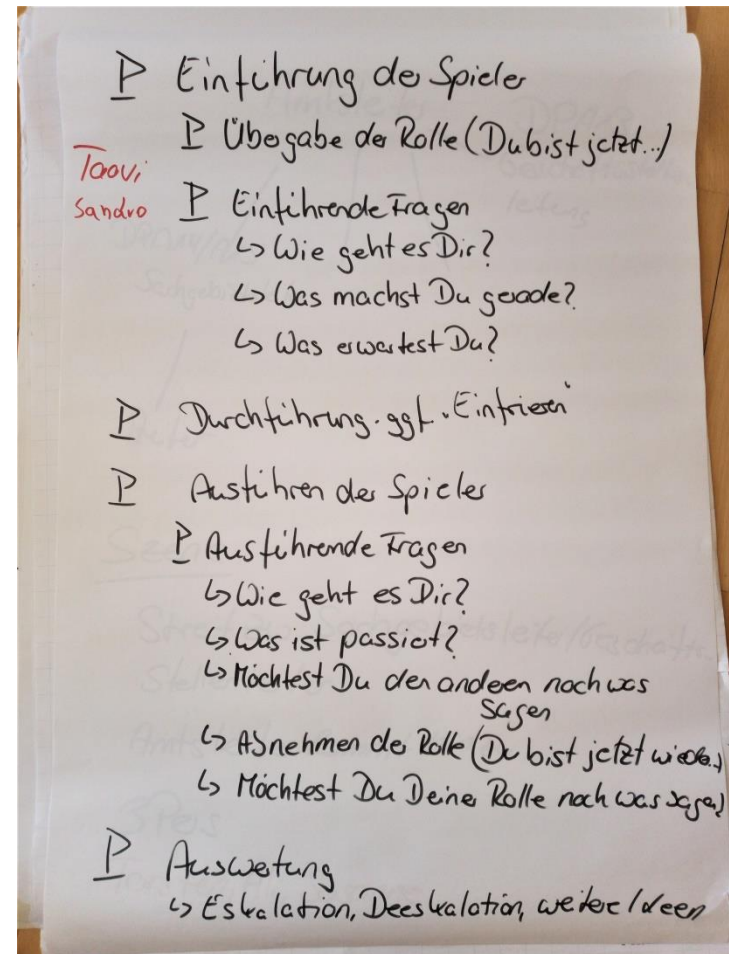
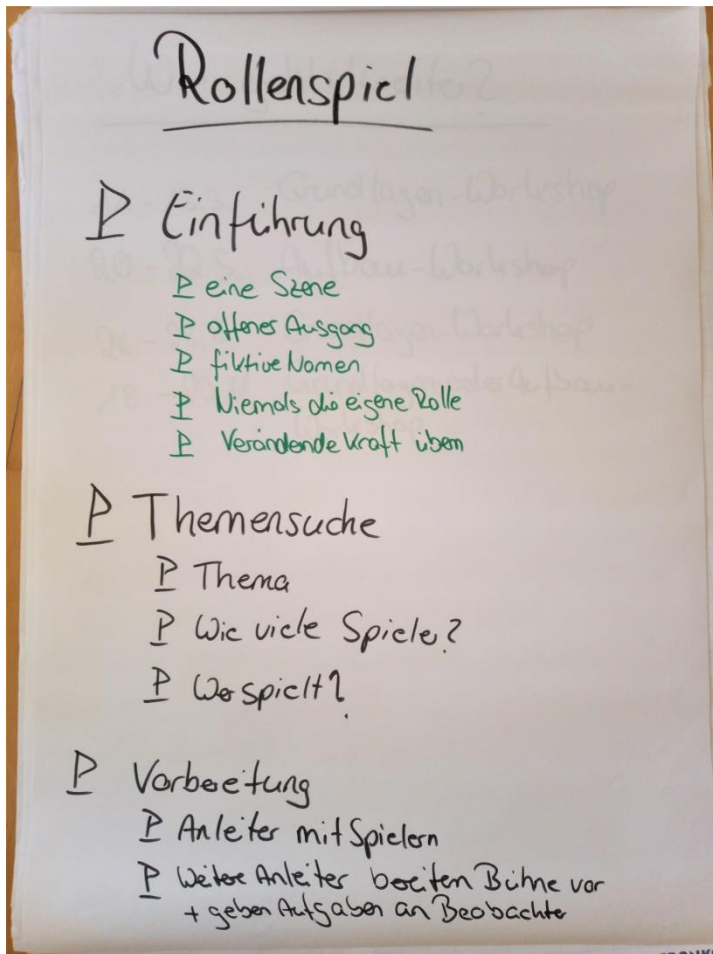
- Hilft immer, springt bei, tröstet und denkt für andere mit
- Ich bin okay – Du bist nicht okay

Opfer (oft: angepasstes Kind-Ich):

- Hilflos, verzweifelt, kindlich, schüchtern und scheinbar unwissend, fühlt sich ungerecht behandelt
- Ich bin nicht okay – Du bist okay

→ Erwachsenen – Ich: Ich bin okay – Du bist okay

Rollenspiel - Ablauf



Rollenspiel / Abschluss

Streit im Amt

Amtsleiter	Dr. Ha II.	Ali
Sachgebietsleiterin	Silke Fricke	Susanne
Geschäftsstellenleiter	Günter Gustav	Torsten

Abschlussrunde

- ▷ Etwas, das ich über mich selbst gelernt habe...
- ▷ Wovüber ich im Workshop am meisten stolz war...
- ▷ Was ich sonst noch sagen wollte...

Wie geht's weiter?

Wie kann's weitergehen?

- **Grundlagen-Workshop**
- **Aufbau-Workshop**
 - Teilnehmer bestimmen das Thema des Wochenendes selbst (z.B. Umgang mit Wut)
 - Entscheidung im Konsens (= alle stimmen zu)
- **Training für Workshop-Begleitung**
 - Teilnehmer schlüpfen in die „Trainerrolle“
 - Teamarbeit, Anleiten von Übungen, ...

Nächste Termine:

- **11. – 13.03.22 Grundlagen-Workshop**
- **20. – 22.05.22 Aufbau-Workshop**
- **26. – 28.08.22 Grundlagen-Workshop**
- **18. – 20.11.22 Grundlagen- oder Aufbau-Workshop**