# Programm

# Training für Begleiter 11 – 13. Oktober 2019

Team: Karin (TL), Elke, Melanie, Tine, Kathy, Sven

ab etwa 13:00 Uhr Teamtreffen

**Freitag 15:00 bis 18:30 Uhr**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **#** | **Übung** | **Material** |
| 5 | 1 | Begrüßung |  |
| 5 | 2 | Vorstellung des begleitenden Teams |  |
| 10 | 3 | Vorstellung der Teilnehmer  Namen + Adjektiv: „Ich habe mich entschlossen, an diesem WE teilzunehmen, weil …“ |  |
| 10 | 4 | Einleitung Begriffsklärungen (Trainer/Begleiter, Kurs/Workshop, Ermächtigung/Befähigung) |  |
| 10 | 5 | Schwerpunkte in diesem Workshop  Vereinbarungen für das WE |  |
| 10 | 6 | Brainstorm: Was möchtest du an diesem WE lernen? |  |
| 5 | 7 | Hinweise zum Organisatorischen, Kurszeiten |  |
| 20 | 8 | Runde: „Dies hier ist mein Freund…. , der/die kann besonders gut …  (etwas was vielleicht für die Begleitung wichtig ist) |  |
| 10 | 9 | L+L Was machst du da? | S. 168 GK |
| **16:20 – 16:40** |  | **Kaffee-Pause** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 30 | 10 | Brainstorm: - hilfreich für Begleiter (Fähigkeiten, Haltungen, Ziele …)  - Belastungen, Hindernisse bei der Begleitung … |  |
| 20 | 11 | Begleitung als Skulptur | S. 28 HfB  (Handbuch für Begleitung) |
| 20 | 12 | Übung: Teambildung (in den Teams)  Aufteilung in 2-3 Teams. Erklärung über den Ablauf.  - Was ist mir in einem Team wichtig  - Meine starken Seiten sind ...  - Woran ich noch arbeiten möchte …  - Wo ich Unterstützung brauche ... | S. 30 HfB |
| **17: 50 –**  **18:00** |  | **Kleine Pause** |  |
| 10 | 13 | Ausblick auf den kommenden Tag  Erklärung zu den Unterlagen  Hausaufgaben / Programmablauf für die Teams | Programme Teams  Unterlagen |
| 15 | 14 | Offene Teambesprechung |  |
|  |  | Abschluss: Daumenkreis |  |
| **18:30** |  | **Ende** |  |

**Samstagvormittag 9:00 Uhr bis 11:15 Uhr**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **#** | **Übung** | **Material** |
| 5 | 1 | Anfangen mit Adjektivnamen und Bällen |  |
| 5 | 2 | Begrüßung und Übersicht |  |
| 20 | 3 | Runde: „Ein verstecktes Talent von mir … (und es könnte mir bei der Begleitung helfen.)“ |  |
| 10 | 5 | L+L Froschteich | Zeitungen |
| **9:40 – 10:00** |  | **Kaffee-Pause** |  |
| 60 | 6 | Vorbereitung in Teams  Jede Gruppe sucht sich einen Namen  Besprechung der Übungen (besonders Verändernde Kraft), Aufgabenverteilung,  Programm schreiben | Programme  Poster:   * Vorbereitung * Feedback * VK |
| **11:15 – 12:15** |  | **Mittagessen** |  |

**Samstagnachmittag 12:15 Uhr bis 17:30 Uhr**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **#** | **Übung** | **Wo / Material** |
| 100 | 7 | **Team A**  12:15 – 14:00  Ziel: Gemeinschaftsgefühl, Selbstvertrauen  1. Begrüßung zum Grundkurs  und Überblick (5 Min.)  2.Vorstellung der BegleiterInnen (5 Min.)  3. Runde: Vorstellung der TeilnehmerInnen  mit Adjektiv-Namenspiel (10 Min.)  4. Vereinbarungen (goldene Regeln) (10 Min.)  5. L + L Der wilde Wind weht (10 Min.)  6. Hilfreiches Zuhören erklären  7. Bestätigungs-Übung : „Was ich an mir schätze"  in 2er und 4er Gruppen (20 Min)  7. Einführung der VK mit Mandala. Jeder Begleiter erzählt eine eigene Geschichte (vorher besprechen und Stichworte aufschreiben) ( 20 Min.)  8. Offene Teambesprechung (10 Min)  10 Min. Pause wann??? | Mandala  Poster:   * Goldene Regeln * Zuhören * Nachbesprechung |
| 10 |  | Feedback, pos. Wertschätzung durch beratendes Team |  |
| **14:15 – 14:45** |  | **Kaffee-Pause** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 100 | 8 | **Team B**  14.45 h – 16.30 h  Ziel: Kommunikation  1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)  2. Vorstellen des Begleiter-Teams (5 Min.)  3. Einführungsrunde  (Thema nach eigener Wahl, 10 Min.)  4. L + L ( 10 Min.)  6. Einführung in die Verändernde Kraft (10 Min.)  7. Übung: Wendepunkte (25 Min)  8. Wetterbericht (15 Min.)  8. Offene Teambesprechung (10 Min.)  10 Min. Pause wann?? | Mandala  Bildersammlung  Wetterkarten  Poster:   * Zuhören * Nachbesprechung * Wetterkarten |
| 10 | 9 | Feedback, pos. Wertschätzung durch beratendes Team |  |
| **16:45 – 17:00** |  | **Kaffee-Pause** |  |
| 10 | 10 | L+L |  |
| 20 | 11 | Auswertung: „Wie war es?“  Hausaufgabe: Rollenspiele,  Programmablauf Gruppe A und B |  |
|  |  | Abschlusskreis  **Ende 17:30 Uhr** |  |

**Sonntagvormittag 9.00 Uhr bis 11.15 Uhr**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Zeit** | **#** | **Übung** | **Wo / Material** |
| 5 | 1 | Begrüßung durch das beratende Team |  |
| 10 | 2 | Runde: „Ein schöner Moment von gestern war …“ |  |
| 100 | 3 | **Team B**  9:15 – 11:15  Rollenspiel Ziel: Konfliktbewältigung, Kommunikation  0. Kurze Absprache im Team (5 Min.)  1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)  2. L + L welches?? ( 10 Min.)  3. Einführung in Rollenspiele (10 Min.)  4. Besprechung Szene und Spieler (5 Min.)  5. Vorbereitung des Rollenspiels (20 Min.)  6. Rollenspiel Durchführung (10 Min.)  7. Auswertung des Rollenspiels (20 Min.)  8. Offene Teambesprechung (10 Min.)  Pause für Teilnehmer während der Spielvorbereitung | Poster:   * Erläuterungen * Einführen * Ausführen |
| 10 | 4 | Feedback, Wertschätzung durch beratendes Team |  |
| **11:15–**  **12:15** |  | **Mittagessen** |  |

**Sonntagnachmittag 12:15 - 15:00 Uhr**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Zeit |  | Übung | Wo / Material |
| 80 | 5 | **Team A**  12:15 – 13:30  Zweites Rollenspiel Ziel: Konfliktbewältigung mit VK  1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)  2. L + L welches?? ( 10 Min.)  3. Runde: Wo könnte VK im vorherigen Rollenspiel wirken?  (15 Min)  4. Kurze Absprache im Team (5 Min.)  5. Vorbereitung des Rollenspiels (10 Min.)  6. Rollenspiel Durchführung (10 Min.)  7. Auswertung des Rollenspiels (15 Min.)  8. Offene Teambesprechung (10 Min.)  Pause für Teilnehmer während der Spielvorbereitung | Poster:   * Einführen * Ausführen |
| 10 | 6 | Feedback, pos. Wertschätzung durch beratendes Team |  |
| **13:45-**  **14:00** |  | **Kaffee Pause** |  |
| 20 | 7 | Blume  „Das hat mir geholfen ein PAG-Begleiter zu sein.“ | Blütenblätter |
| 5 | 8 | Wie geht es weiter?  Aufbaukurs im nächsten Jahr |  |
| 15 | 9 | Runde: „Wie geht es mir jetzt, wie war der Kurs für mich?“ |  |
| 10 | 10 | Feedback-Formular | Feedback-Formular |
| 10 | 11 | Überreichung der Teilnahmebescheinigung  (verdeckte Rollen nacheinander überreichen) | Bescheinigungen |
| 5 | 12 | Große Umarmung |  |
|  |  | Gemeinsames Aufräumen |  |
| **15:00** |  | **ENDE** |  |

**Team A**

Samstag Nachmittag

Ziel: Gemeinschaftsgefühl, Selbstvertrauen

1. Begrüßung zum Grundkurs

und Überblick (5 Min.)

2. Vorstellung der BegleiterInnen (5 Min.)

3. Runde: Vorstellung der TeilnehmerInnen

mit Adjektiv-Namenspiel (10 Min.)

4. Vereinbarungen (goldene Regeln) (10 Min.)

5. L + L Der wilde Wind weht (10 Min.)

6. Hilfreiches Zuhören erklären

7. Bestätigungs-Übung : „Was ich an mir schätze"

in 2er und 4er Gruppen (20 Min)

7. Einführung der VK mit Mandala.

Jeder Begleiter erzählt eine eigene Geschichte (vorher besprechen, Stichworte notieren) ( 20 Min.)

8. Offene Teambesprechung (10 Min)

10 Min. Pause wann???

Sonntag Nachmittag

2. Rollenspiel Ziel: Konfliktbewältigung mit VK

1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)

2. L + L welches?? ( 10 Min.)

3. Runde: Wo könnte VK im vorherigen Rollenspiel wirken? (15 Min)

4. Bestätigung der (gleichen) Spieler

5. Kurze Absprache im Team (5 Min.)

6. Kurze Vorbereitung des Rollenspiels (5 Min.)

7. Rollenspiel Durchführung (10 Min.)

8. Auswertung des Rollenspiels (15 Min.)

9. Offene Teambesprechung (10 Min.)

Pause für Teilnehmer während der Spielvorbereitung

**Team B**

Samstag Nachmittag

Ziel: Kommunikation, Verändernde Kraft

1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)

2. Vorstellen des Begleiter-Teams (5 Min.)

3. Einführungsrunde (Thema nach eigener Wahl, 10 Min.)

4. L + L ( 10 Min.)

6. Einführung in die Verändernde Kraft (10 Min.)

7. Wendepunkte (25 Min)

8. Wetterbericht (für beide Teams, 15 Min.)

8. Offene Teambesprechung (10 Min.)

10 Minuten Pause. Wann???

Sonntag Vormittag

Rollenspiel Ziel: Konfliktbewältigung, Kommunikation

0. Kurze Absprache im Team (5 Min.)

1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)

2. L + L welches?? ( 10 Min.)

3. Einführung in Rollenspiele (10 Min.)

4. Themen- und Spielersuche (10 Min.)

5. Vorbereitung des Rollenspiels (20 Min.)

6. Rollenspiel Durchführung (10 Min.)

7. Auswertung des Rollenspiels (20 Min.)

8. Offene Teambesprechung (10 Min.)

Pause für Teilnehmer während der Spielvorbereitung

**Team C**

(nur bei mehr als 11 Teilnehmern, parallel in anderem Raum)

Samstag Nachmittag

Ziel: Gemeinschaftsgefühl, Selbstvertrauen

1. Begrüßung zum Grundkurs

und Überblick (5 Min.)

2.Vorstellung der BegleiterInnen (5 Min.)

3. Runde: Vorstellung der TeilnehmerInnen

mit Adjektiv-Namenspiel (10 Min.)

4. Vereinbarungen (goldene Regeln) (10 Min.)

5. L + L Der wilde Wind weht (10 Min.)

6. Hilfreiches Zuhören erklären

7. Bestätigungs-Übung : „Was ich an mir schätze"

in 2er und 4er Gruppen (20 Min)

7. Einführung der VK mit Mandala.

Jeder Begleiter erzählt eine eigene Geschichte (vorher besprechen und Stichworte) ( 20 Min.)

8. Offene Teambesprechung (10 Min)

10 Min. Pause wann???

Sonntag Vormittag

Rollenspiel Ziel: Konfliktbewältigung, Kommunikation

0. Kurze Absprache im Team (5 Min.)

1. Begrüßung + Übersicht (5 Min.)

2. L + L welches?? ( 10 Min.)

3. Einführung in Rollenspiele (10 Min.)

4. Themen- und Spielersuche (10 Min.)

5. Vorbereitung des Rollenspiels (20 Min.)

6. Rollenspiel Durchführung (10 Min.)

7. Auswertung des Rollenspiels (20 Min.)

8. Offene Teambesprechung (10 Min.)

Pause für Teilnehmer während der Spielvorbereitung