



Ein Projekt der von MANNE e.V. und der Fachhochschule Potsdam durchgeführten Qualifikation „Jungenarbeit und Gewaltprävention“ im Rahmen des Bundesprogrammes „Vielfalt tut gut – Jugend für Vielfalt, Toleranz und Demokratie“

Claas Fischer
Hessestr. 3
14469 Potsdam
Tel: 0331 – 60 06 22 99
info@natuerlich-stimmig.de
www.natuerlich-stimmig.de

St.Nr. 046/219/04146

WiWoLa – Wissen wo's langgeht

~ Selbstkompetenz für junge Menschen ~

Ziel

Das WiWoLa-Projekt ist ein Angebot zur Identitätsbildung.

Durch die Verbindung von Erlebnis, Spiel, Wahrnehmung, Reflexion, Kontakt und Austausch bietet es jungen Menschen die Gelegenheit,

- über die eigene Lebenssituation zu reflektieren,
- ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen und sich eigener Stärken, Schwächen, Werte und Sehnsüchte bewusst zu werden,
- Selbstvertrauen aufzubauen, Eigenverantwortung zu stärken und ihre Handlungsmöglichkeiten zu erweitern.

Das WiWoLa-Projekt möchte jungen Menschen zwischen 15 und 25 Jahren Werkzeuge zur Orientierung an die Hand geben und ihnen Mut machen, sie selbst zu sein.

Veranstaltungsart

Das WiWoLa-Projekt besteht aus zehn Modulen. Diese umfassen acht Kurseinheiten à 90 min, ein dreistündiges Spiele-Event und eine zweitägige Naturerlebniswanderung durch das Potsdamer Umland.

Ablauf

Modul 1: Einstieg

- Was bedeutet Selbstkompetenz?
- Warum bin ich hier?
- Was bedeutet (mir) mein Name?

Modul 2: Wahrnehmung und Kommunikation

- Wie geht es mir?
- Was tut mir gut und gibt mir Kraft?
- Wie gehe ich mit mir selbst und anderen um?

Modul 3: Biografiearbeit

- Was waren die wichtigsten Ereignisse/Personen in meinem Leben?
- Was macht mich zufrieden?
- Was fehlt mir?

Modul 4: Maske und Persönlichkeit

- Was ist meine wahre Natur?
- Was sind meine Prägungen?
- Wie sehen meine Denkgewohnheiten aus?

Modul 5: Ängste

- Was sind Ängste?
- Wie gehe ich mit meinen Ängsten um?
- Welcher Stimme in mir kann ich trauen?

Modul 6: Ressourcen

- Welche Eigenschaften meiner Persönlichkeit möchte ich niemals aufgeben?
- Welche Stärken/Talente besitze ich?
- Was sind meine Leidenschaften?

Modul 7: Spiele-Event „Labyrinth des Lebens“

- Welche Qualitäten habe ich?
- Welche Lebensauffassungen habe ich?
- Welche Dinge bedeuten mir etwas?
- Was gibt mir Kraft?
- Was behindert mich?
- Wie sehen mich andere?

Modul 8: Zwischenbilanz + Vorbereitung Naturerlebniswanderung

Modul 9 (Naturerlebniswanderung): Vision

- Wer will ich sein, wenn ich erwachsen bin?
- Was würde ich tun, wenn ich unbegrenzt Geld zur Verfügung hätte?
- Woran glaube ich? Was finde ich sinnvoll? Wofür setze ich mich ein?
- Was beschäftigt mich? Was reizt/ruft mich?
- Was frustriert mich?
- Was brauche ich?

Modul 10 (90 min): Abschluss

- Was habe ich gelernt?
- Was hat sich für mich verändert?
- Wie geht es weiter?

Zur Person

Das WiWoLa-Projekt wird geleitet von *Claas Fischer*, freiberuflicher Naturführer, Buchautor und Spieleentwickler. Er ist Gründer des Unternehmens „Natürlich Stimmig – Bildungsarbeit für Natur- und Selbstkompetenz“ und Absolvent der von MANNE e.V. und der Fachhochschule Potsdam durchgeführten Qualifikation „Jungenarbeit und Gewaltprävention“.