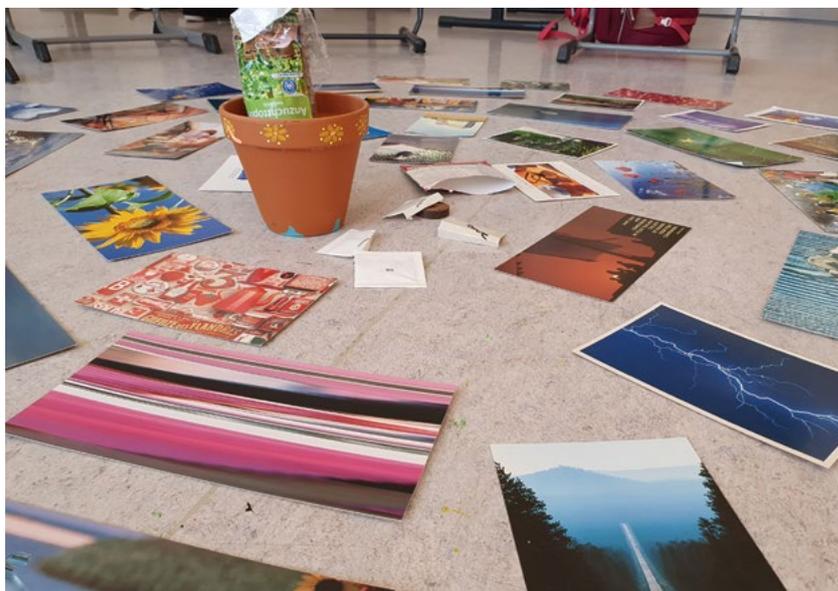


#Mein Kleines Ziel

SCHULPROJEKT IN HEIDENHEIM LOTET
PERSÖNLICHE STÄRKEN AUS

Das letzte Schuljahr der (Werk-)Realschule hat es in sich: Prüfungsvorbereitung, Berufsorientierung, Entscheidungen, Prüfungsstress und daneben noch der Alltag, wo es sicherlich Schöneres gibt als Schule. Was oft erschwerend zu all den Anforderungen von außen hinzu kommt sind die eigenen Erwartungen gepaart mit Selbstzweifeln. Da möchte man, mal ehrlich... gerne auch mal einfach alles wegschieben. Sich dann zu motivieren oder selbst zu pushen, wird dann zur Mammutaufgabe.



Auf die Anfrage der Schulseelsorgerin Annette Brandner einer Werkrealschule in Heidenheim, die ihre Schüler*innen gerne motivieren und bestärken will, kam die Idee zur Workshopreihe „#MeinKleinesZiel“ die gemeinsam vom Jugendreferat Heidenheim mit der Fachstelle Jugend.Arbeit.Bildung (J.A.B.) konzipiert und auch durchgeführt wurde. Mit den Zielen waren die Pädagog*innen nicht kleinlich und haben direkt die ganz Großen anvisiert: Selbstwirksamkeit, ein positives Selbstbild und Resilienz der Schüler*innen fördern. Das bedeutet konkret das Identifizieren der eigenen Fähigkeiten und Stärken, Selbstreflexion, eigene Ziele und Visionen erkennen, die eigenen Ressourcen als solche wahrnehmen und nutzen und Motivation.

Die Workshopreihe

Die Workshopreihe besteht aus vier Modulen, die jeweils in einer Doppelstunde in einer Klasse an (Werk-)Realschulen. Über einen größeren Zeitraum von etwa zehn Wochen verteilt. „Die breite Streuung der Termine ist sehr hilfreich. So können die Teilnehmer*innen die Wirksamkeit oder können selber nachjustieren“, meint Schulseelsorgerin Annette Brandner.

1

Ich

In diesem Modul geht es um die Person der Schüler*innen. Nach dem obligatorischen Kennenlernspiel (Spieltipp: „Ich bin der*die Einzige, der*die ...“), geht es direkt ins Thema: Wer bin ich? Was ist mir wichtig? Wie verbringe ich eigentlich meine Zeit? In Tandems bekommen die Schüler*innen Steckbriefe mit „deepen Fragen“, die sie mittels eines Interviews mit dem Gegenüber ausfüllen. Anschließend kann in der Gruppe geteilt werden, was man gerne über sich erzählt.

2

Meine Visionen & Ziele

In diesem Workshop haben die Schüler*innen Zeit sich verschiedene Bereiche in ihrem Leben vorzunehmen und ihnen eventuelle Ziele zuzuordnen oder sogar zu entdecken. Dabei geht es um die Bereiche: Hobby/Freizeit, Beruflich/Schulisch, My Body, Beziehungen, Familie/Freunde, My Mind. In die Umsetzung der Visionen und Ziele einzusteigen, wird erstmal gegärtnert. Die Schüler*innen suchen sich Samen einer Pflanze aus, die sie gerne blühen sehen oder sogar ernten wollen. Gleichzeitig werden sie angeleitet darüber nachzudenken, was es braucht, dass Samen zu einer Pflanze wachsen und analog dazu die eigenen Visionen zu konkreten Ergebnissen führen.

Um den Pflanzen beim Wachsen zusehen zu können, wird eine Insta-Challenge mit einem von den Schüler*innen ausgewählten Hashtag ins Leben gerufen. Die Schüler*innen können immer wieder Fotos ihrer hoffentlich keimenden Samen per Messenger oder Instagram an den*die Referent*in schicken, der*die sie dann postet, oder sie direkt auf Instagram entsprechend verlinken. Unter @jurefhdh im Highlight #meinkleinesziel finden sich Impressionen aus der Workshopreihe am Schulverbund im Heckental.



de stattfinden. Zielgruppe sind Schüler*innen der 10. Klasse, also die Abschluss-
Wochen werden die Module mit jeweils mindestens einem Abstand von zwei
en sich die Schüler*innen besser selber beobachten und erleben mehr Selbst-
nette Brandner.

3

Was hält mich auf meine Ziele zu erreichen?

Große Ziele verlieren schnell ihren Glanz, wenn es an die Umsetzung geht. Da tauchen früher oder später Hindernisse auf, die eine*n gefühlt schon scheitern lassen. Seien es der innere Schweinehund, Glaubenssätze, Trägheit oder fehlende Ressourcen. Diese jedoch zu erkennen oder zu entlarven, nimmt ihnen schon einiges an Risiko-Potential.

Die Schüler*innen erhalten die Aufgabe sich ein oder zwei Ziele aus der Zielblume vorzunehmen und dazu mögliche Hindernisse zu überlegen. Anschließend geht es auf einen kleinen Fotospaziergang: Je nach Wetterlage können die Schüler*innen drinnen oder draußen ein Handyfoto von einem Sinnbild ihrer Hindernisse machen. Diese werden anschließend ausgedruckt.

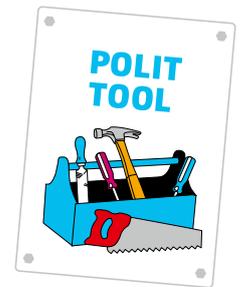


4

Meine PWR

Wo liegen eigentlich meine Stärken und Fähigkeiten? Wie kann ich meine Hindernisse überwinden? Auf wen oder was kann ich zurückgreifen, um meinen Zielen näher zu kommen? Oder in anderen Worten: Was bringe ich mit, um aus meinem Samenkorn eine blühende oder Früchte tragende Pflanze zu machen? Um diese Fragen geht es im vierten und letzten Modul. Hierfür gestalten die Schüler*innen Pflanztöpfe für ihr angezogenes Saatgut mit Stichworten, Bildern... die sie an ihre eigenen Ressourcen, ihre PWR erinnert. Der Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt. Zum Tontopf bekommen die Schüler*innen noch jeweils ein kleines Tütchen Pflanzenerde, um die Keimlinge zu gegebener Zeit zu Hause umzutopfen.

Da es manchmal doch auch klare Worte braucht, um sich aufzuraffen und durchzustarten, schreiben die Schüler*innen sich zum Abschluss eine „Motivations-Postkarte“, die über das Jugendreferat zu einem Überraschungszeitpunkt (Prüfungsphase...eh klar oder?) an sie verschickt wird. Nach einer gemeinsamen mündlichen Auswertung und Feedbackrunde geht die Workshopreihe zu Ende.



Good To Know/Lessons learned

- Die Teilnahme der Schüler*innen ist freiwillig.
- Als passender Zeitraum für die Modulreihe bietet sich die Adventszeit bis zum Halbjahreswechsel an. Nicht nur, weil der Jahreswechsel mit möglichen „guten Vorsätzen“ thematisch optimal zu Modul 2 passt. Auch kann hier gut um Klausuren herum verteilt werden und der Abschlussprüfungsstress ist noch nicht so präsent.
- Die Postkartenaktion aus Modul 4 kann wunderbar als Motivationspost für die Prüfungszeit genutzt werden.
- Der gemeinsame Einstieg mit Anschuggerle und Bildkarten ist ein gutes Einstiegsritual für alle vier Workshops. Als Bildkarten kamen hier die „Gefühle-Monster“ zum Einsatz. Diese waren sehr beliebt und wurden für das ein oder andere Selfie genutzt.
- In jeder Einheit gibt es einen passenden kurzen Impulstext. Diese finden sich alle in den Hoffsümmersammlungen (1. Esel und Kuh im Stall, 2. Engel, der Samen verkauft, 3. Die Palme und der gehässige Mann, 4. Die Schnecke, die den Kirschbaum erklimmt)

Material

- Ausdrucke von Steckbrief (A4) und „Ziel-Blume“ (A3)
- Anzuchtset mit Pressling, Samen, Pappbecher, Schildchen, Tüte für den Transport. Eine Pinzette mitzubringen kann hilfreich sein (zum Säen)
- Für Modul 3 lohnt es sich einen kleinen Selphy Drucker, Miniprinter oder Polaroid Kamera(s) mitzubringen.
- Tontöpfe und Acrylstifte
- Postkarten (mindestens Anzahl Schüler*innen) mit unterschiedlichen Motiven
- Interessierte, die die Workshopreihe selbst durchführen wollen, erhalten Material und Erfahrungsberichte bei Jo Aubele (Fachstelle J.A.B) und Caro Christmann (Jugendreferat Heidenheim).



CARO CHRISTMANN,
JUGENDREFERENTIN
HEIDENHEIM