

Fit for Life

Soziale Kompetenz für Jugendliche



Dr. Gert Jugert

Bremer Institut für Pädagogik und Psychologie



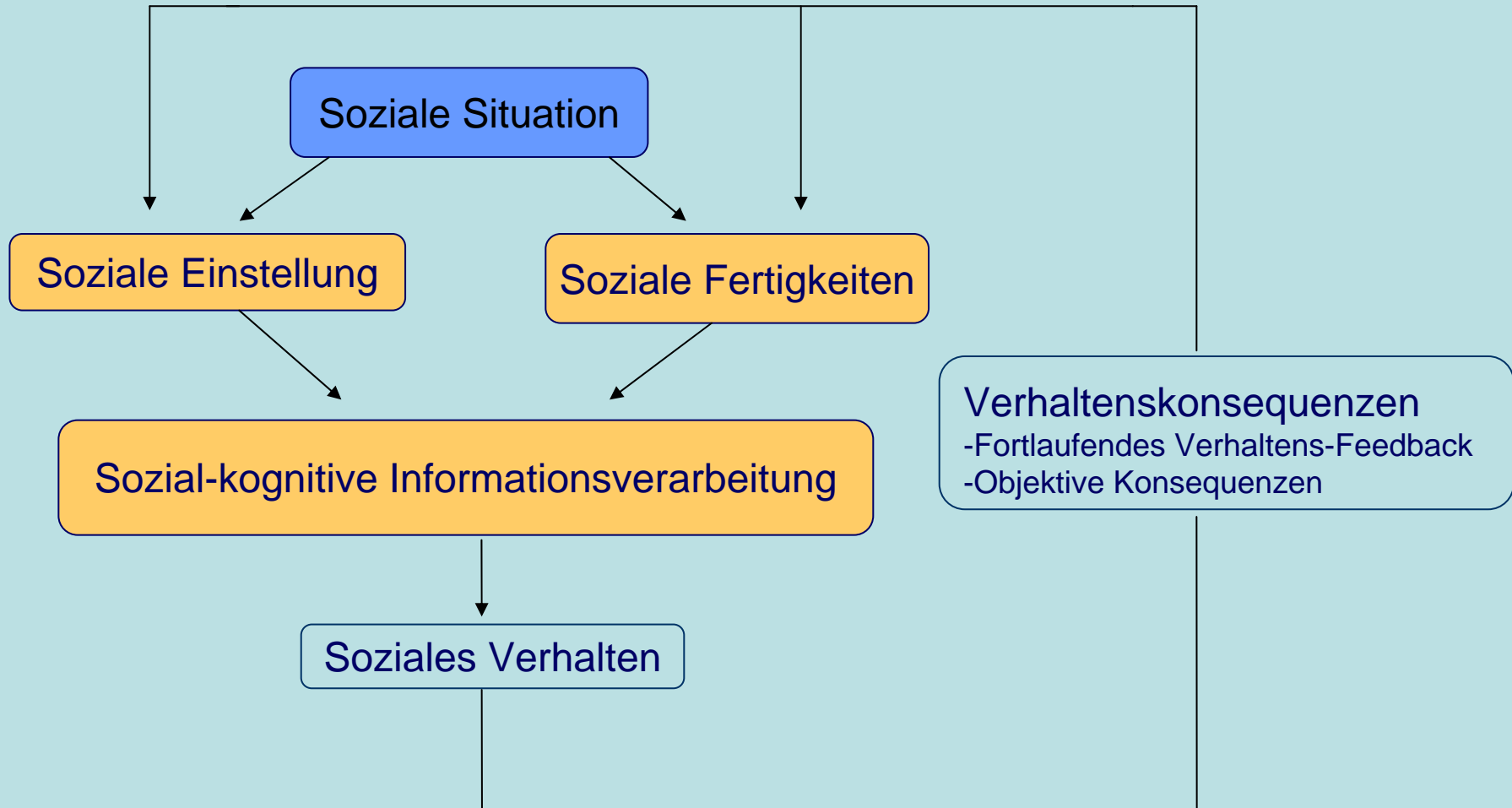


Wofür stehen wir?

- ➔ Modernste Methoden und Konzepte für die soziale und berufliche Bildung.
- ➔ Theoretisch begründete und effektive Trainings zur Förderung sozialer Kompetenz.
- ➔ Team wissenschaftlich und praktisch qualifizierter Trainer und Fortbildner.
- ➔ Erfolgreiche Erfahrungen auf dem Gebiet der beruflichen Bildung.



Soziale Kompetenz



Methoden des Trainings



- Strukturiertes Rollenspiel
- Verhaltensübung
- Verhaltensregeln

- Trainingsritual
- Konzentrationsübung
- Warm up

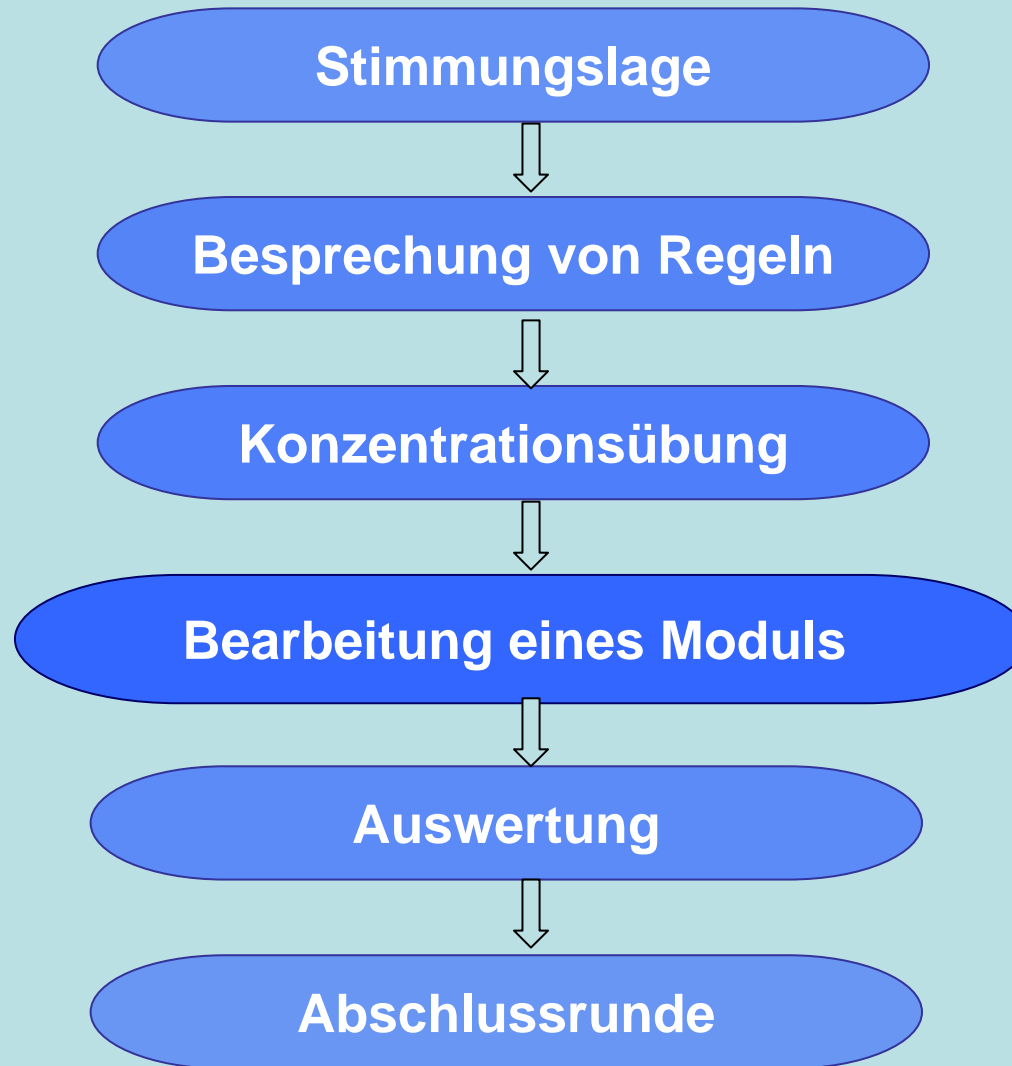


Module sozialer Kompetenz

- Motivation
- Feedback
- Selbstsicherheit
- Selbstmanagement
- Kommunikation
- Körpersprache
- Kooperation und Teamfähigkeit
- Freizeit
- Lebensplanung
- Beruf und Zukunft
- Gefühle
- Fit für Konflikte 1 & 2
- Einfühlungsvermögen
- Lob und Kritik



Aufbau einer Trainingssitzung



Basisverhalten der TrainerIn

Feedback

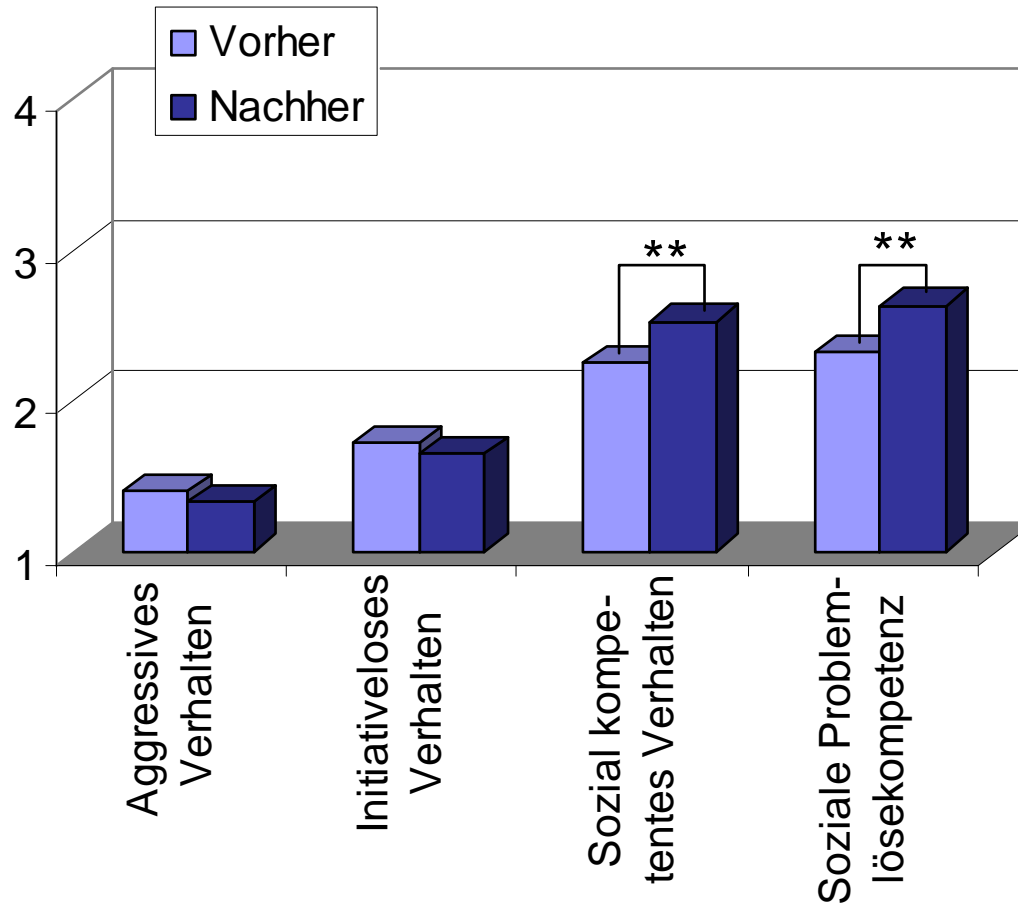


- In der Ich-Form sprechen.
- Verhalten klar und konkret beschreiben.
- Kritisches Feedback konstruktiv ausdrücken.
- Feedback so bald wie möglich geben.
- Auf die Befindlichkeit eingehen.



Effekte des Trainings Fit For Life

Einschätzung der TrainerInnen



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

Fit for Life

Soziale Kompetenz für Jugendliche

Cartoons Holger Fischer,

Lisa Jugert

© 2008 Dr. Gert Jugert

