

## Über welchen Zeitraum läuft das Training und wie kann ich teilnehmen?

Seit einigen Jahren gibt es das Soziale Kompetenztraining schon für die Jahrgänge 5 + 6. Seit dem Schuljahr 16/17 bieten wir nun das Training auch für den Jahrgang 7 an. Um der Altersstufe gerecht zu werden, geschieht die Teilnahme in dieser Altersstufe daher auf freiwilliger Basis. Die Dauer der Teilnahme hängt grundsätzlich von dem jeweiligen Schüler, der jeweiligen Schülerin und der Bereitschaft zur Verhaltensänderung ab. Allerdings wird zu Beginn eine Mindestteilnahme von acht Stunden vereinbart. Die Teilnehmer\*innen erhalten danach eine Rückmeldung aus der Gruppe über ihre Entwicklung und entscheiden dann selbst, ob sie weiter an sich arbeiten oder die Gruppe verlassen möchten.

## Wie kann ich mich für das Training anmelden?

Eine Anmeldung erfolgt entweder über die Klassenlehrer\*innen oder direkt bei den Trainerinnen:

Schulsozialpädagogin

Katja Brockhaus

[brk@gesamtschule-siegen.de](mailto:brk@gesamtschule-siegen.de)

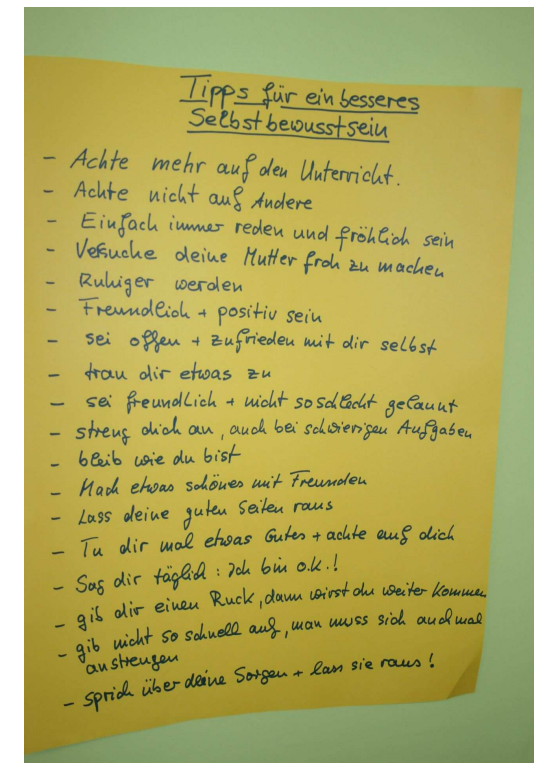
Sozialtrainerin

Désirée Schrahe

[scd@gesamtschule-siegen.de](mailto:scd@gesamtschule-siegen.de)



# Soziales Kompetenztraining für Jugendliche an der Bertha im Jahrgang 7



## Warum Soziales Kompetenztraining?

Der Umgang mit Gleichaltrigen, Eltern oder Lehrer\*innen ist für viele Jugendliche in der Pubertät nicht leicht. Es fällt ihnen schwer auf ihre Mitmenschen zuzugehen, sie sind schüchtern und zurückhaltend oder denken, dass man sie nicht mag.

Andere wiederum geraten immer wieder in Konflikte und Streitigkeiten, wissen aber meistens nicht, woran das liegt. Der Außenwelt erscheinen sie als Störenfriede, dabei fühlen sie sich selbst als Opfer.

In der Gruppe lernen die Jugendlichen, mit ihren Konflikten angemessen umzugehen sowie ihren Standpunkt selbstbewusster vertreten zu können. Sie machen dabei viele neue Erfahrungen und lernen, sich gegenseitig zu unterstützen.

## Was sind die Ziele des Trainings?

Ziele des Trainings sind vor allem die Verbesserung des Selbstwertgefühls und der sichere und adäquate Umgang in Gleichaltrigengruppen. Ebenso soll aber auch das Regel- und Grenzverhalten gestärkt, die Konzentration und Ausdauer gefördert und soziale Ängste vermindert werden. Das Training soll einen sicheren Rahmen bieten, um an eigenen Zielen und Problemen arbeiten zu können. Geleitet wird das Training von der Schulsozialpädagogin und einer Sozialtrainerin der Schule.

Voraussetzung zur Teilnahme ist, dass der/die Jugendliche selbst motiviert ist, regelmäßig zu den Sitzungen zu erscheinen und sich entsprechend zu beteiligen.

## Wann findet das Training statt?

Das Training findet einmal pro Woche auf dem Lernzeiten-Band statt.

## Wo findet das Training statt?

Für erlebnispädagogische Spiele treffen wir uns gelegentlich im Freien oder in der Sporthalle. Sonst treffen wir uns regelmäßig im sozialpädagogischen Gruppenraum D 133.

Dieser Gruppenraum wurde neu gestaltet und mit einer Sitzecke und zwei Boxsäcken ausgestattet.

