

MODUL 2: DIE DREI SÄULEN DER GENESUNG (NETZWERK, RESILIENZ UND CHARAKTERSTÄRKE)

NETZWERK-COMMUNITY-ENGAGEMENT

LERNZIELE UND ZIELE DER AKTIVITÄT:

Ziel Nr. 1

Engagement in der Gemeinschaft

- Ermutigen Sie die Klient:innen, sich an Gemeinschaftsaktivitäten zu beteiligen und fördern Sie deren positive Wirkung auf den Genesungsprozess
- Besprechen Sie, wie wichtig es ist, sich während der Genesung an Gemeinschaftsaktivitäten zu beteiligen
- Lernen Sie Methoden zur Förderung des aktiven Engagements in der Gemeinschaft
- Die Auswirkungen des gesellschaftlichen Engagements im Bereich des Genesungscoachings

Ziel Nr. 2

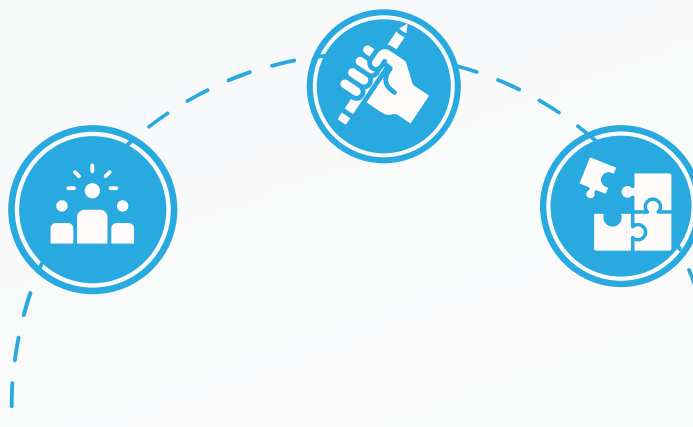
Aufbau eines Zugehörigkeitsgefühls und einer Verbundenheit

- Aufbau von Verbindungen wie ein wirksames Coaching-Tool zur Genesung durch Einbindung der Community
- Einbindung von Genesungsgemeinschaften, um Verbindungen zu schaffen und ein Zugehörigkeitsgefühl zu fördern
- Diskutieren Sie die Bedeutung von Freiwilligenarbeit und Engagement sowie deren Rolle bei der Genesung

Ziel Nr. 3

Förderung eines Netzwerks mit Communities

- Einbindung von Einzelpersonen in Gemeinschaftsaktivitäten wie Freiwilligenarbeit und Selbsthilfegruppen
- Bringen Sie Ihren Klient:innen bei, wie sie die für sie relevanten Aktivitäten finden, an denen sie teilnehmen können
- Bringen Sie den Klient:innen bei, wie sie eine Verbindung zu Selbsthilfegruppen und Gemeinschaften aufbauen können
- Unterweisen Sie Klient:innen dabei, wie sie sich in Gemeinschaften integrieren und durch aktive Teilnahme ein starkes Netzwerk aufbauen können.



MODUL 2: DIE DREI SÄULEN DER GENESUNG (NETZWERK, RESILIENZ UND CHARAKTERSTÄRKE)



NETZWERK-COMMUNITY-ENGAGEMENT

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG UND MATERIALIEN

Aktivitätsbeschreibung

Zielgruppe – Personal der Erwachsenenbildung, Genesungskoaches
Zeit – 2 Stunden

Materialien

Multimedia-Inhalte: Präsentationen (Canva oder Power Point), Videos, Animationen

- Digitales Arbeitsbuch mit einer Liste lokaler Gemeinschaftsprogramme, Möglichkeiten zur Freiwilligenarbeit, Selbsthilfegruppen und anderen professionellen Ressourcen.
- Szenarien für Rollenspiele
- Bibliographie und zusätzliche Ressourcen für weitere Studien.



FÜR DIESE AKTIVITÄT VERWENDETE METHODIK



Gruppendiskussion

Diese Methode ermöglicht es den Teilnehmenden, sich an der Diskussion zu beteiligen, neue Erkenntnisse und Ideen zu gewinnen, persönliche Geschichten oder Beobachtungen in ihrem Leben zu verstehen und die Rolle des gesellschaftlichen Engagements zu erkennen. Außerdem besprechen die Teilnehmenden, wie die Selbsthilfegruppen dabei helfen, ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit aufzubauen.



Gute Praxis

Die auf bewährten Verfahren basierenden Fallstudien können die Teilnehmenden motivieren und ermutigen, an verschiedenen Gemeinschaftsaktivitäten teilzunehmen und deren positive Auswirkungen während der Genesung zu verstehen. Beispiele guter Praxis aus dem wirklichen Leben können lehren, wie man sich aktiv in der Gesellschaft engagiert und ein Gefühl der Verbundenheit aufbaut.



Geführte Rollenspiele

Die Teilnehmer können in verschiedenen Szenarien üben, wie sie durch gesellschaftliches Engagement ein effektives Coaching-Tool für die Genesung aufbauen können. So können sie die Bedeutung von Freiwilligenarbeit und Engagement sowie deren Rolle für die Genesung erkennen. Es hilft Klient:innen dabei, sich in Gemeinschaften zu integrieren und durch aktive Teilnahme ein starkes Netzwerk aufzubauen.



Storytelling-Tool im Bereich Recovery-Coaching

Das Geschichtenerzählen ist ein wirkungsvolles Mittel, das den Teilnehmenden durch ihre eigenen Erfahrungen oder andere Geschichten ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit vermittelt.

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG

1. Einleitung

Der Coach erläutert zunächst die Bedeutung des gesellschaftlichen Engagements und dessen Auswirkungen auf die Genesung. Er nutzt multimediale Inhalte (Präsentationen, Videos, Animationen).

Die wichtigsten Themen, die besprochen werden, sind:

- Besprechen Sie die Bedeutung der Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten.
- Die Rolle der Freiwilligenarbeit und des Zurückgebens und ihre Rolle bei der persönlichen Genesung.
- Wie man durch gesellschaftliches Engagement ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit aufbaut.
- Wie man die relevanten Aktivitäten findet, an denen man teilnehmen kann und die den individuellen Bedürfnissen entsprechen.

2. Gruppendiskussion

Bei dieser Aktivität nehmen die Teilnehmenden an einer moderierten Gruppendiskussion teil, in der sie ihre Meinung zur Bedeutung des Engagements der Gemeinschaft im Genesungsprozess austauschen.

Der Coach stellt einige Fragen zum Nachdenken, fördert einen offenen Dialog und versucht, dafür zu sorgen, dass sich jeder wohl fühlt, wenn er an der Diskussion teilnimmt.

Die Gruppendiskussion wird durch reflexive Fragen wie diese gegliedert:

- Wie trägt die Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten zum Genesungsprozess bei?
- Welchen Arten von Aktivitäten oder Gruppen möchten Sie beitreten und warum?
- Welche Strategien und Methoden können Sie verwenden, um weiterhin konsequent in diesen Communities aktiv zu sein?
- Wie Sie dem Klient:Innen helfen, Gemeinschaftsaktivitäten zu finden und in der Gesellschaft aktiv zu sein, um ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit aufzubauen.

MODUL 2: DIE DREI SÄULEN DER GENESUNG (NETZWERK, RESILIENZ UND CHARAKTERSTÄRKE)

NETZWERK-COMMUNITY-ENGAGEMENT



3. Gute Praxis:

Der Coach stellt Beispiele bewährter Verfahren zur Einbindung der Gemeinschaft und deren positive Ergebnisse im Genesungsprozess vor.

Die Hauptziele sind:

- Zeigen Sie zur Motivation Beispiele guter Praxis.
- Lernen Sie anhand von Good-Practice-Beispielen neue Methoden zur Förderung des aktiven Engagements in der Gemeinschaft kennen.
- Ermutigen Sie die Teilnehmenden die Methode des Austauschs bewährter Verfahren im Genesungscoaching zu verwenden.

4. Geführte Rollenspielsimulation

Der Coach stellt den Teilnehmenden verschiedene Szenarien vor, um mithilfe der Methoden und Tools die besten Lösungen zu finden und so den Genesungsprozess zu verbessern.

Die Teilnehmenden werden in Gruppen eingeteilt und erhalten Rollen wie Mentor und Kunde.

Der Coach wird alle Teilnehmenden bitten, ein kleines digitales Arbeitsbuch zu erstellen, in dem lokale Gemeinschaftsprogramme, Freiwilligenmöglichkeiten, Selbsthilfegruppen und andere professionelle Ressourcen aufgelistet sind, die für bestimmte Szenarien relevant sind.

Szenario

Name: Max Alter: 36

Max litt unter Drogensucht, war aber zwei Wochen nach den Sitzungen bereits trocken. Während seiner Genesung besuchte er keine Selbsthilfegruppen und nahm an keinen Gemeinschaftsaktivitäten teil. Er wandte sich lediglich an einen Genesungscoach von einer unbekannten Webseite im Internet. Er weiß, dass soziales Engagement, z. B. ehrenamtlich oder durch die Teilnahme an Gruppen zur Genesungsunterstützung, gesund sein kann, aber die Angst vor Diskriminierung oder Verurteilung lähmt ihn. Nach drei Wochen Genesungscoaching konnte er Stress und Angst nicht abbauen und begann erneut, Drogen zu nehmen. Seine Eltern sind gestorben; er hat nur noch seinen Sohn Alex, der ihn nicht unterstützt und in einem anderen Land lebt. Vor vielen Jahren spielten Max und sein Sohn Alex zusammen Fußball, eine schöne Erinnerung für sie, aber jetzt ist ihre Beziehung zerbrochen.

Max fühlt sich sehr einsam und von der Gesellschaft und seinem Sohn abgelehnt. Er verspürt kein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit, da er durch Drogenkonsum alle seine Freunde verloren hat. Er erlebt überwältigende Angst und das Gefühl, keinen Platz für ihn zu haben und keiner Gemeinschaft anzugehören.

MODUL 2: DIE DREI SÄULEN DER GENESUNG (NETZWERK, RESILIENZ UND CHARAKTERSTÄRKE) NETZWERK-COMMUNITY-ENGAGEMENT



Tipps für Mentoren:

- Besprechen Sie, wie wichtig die Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten für die Genesung ist.
- Die Hauptprobleme von Max während der Genesung zu identifizieren und zu erklären, warum diese keine langfristige Wirkung hatten.
- Ermutigen Sie Max, an Aktivitäten teilzunehmen, die seinen Bedürfnissen entsprechen. Schlagen Sie Aktivitäten wie Freiwilligenarbeit, Selbsthilfegruppen, professionelle Beratung und zusätzliche Ressourcen und Materialien vor.
- Wie man durch gesellschaftliches Engagement ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit aufbaut.
- Max helfen, seine Beziehung zu seinem Sohn Alex zu verbessern.

5. Geschichtenerzählen:

Bei dieser Aktivität erzählen die Teilnehmenden persönliche Geschichten oder andere Geschichten, die auf den Vorteilen der Freiwilligenarbeit, gesellschaftlichen Engagements und deren positiven Auswirkungen auf die Genesung basieren.

Die Geschichten können Klient:Innen dazu ermutigen, sich an Gemeinschaftsaktivitäten zu beteiligen und die Motivation für ein Engagement in der Gemeinschaft erhöhen.

Das Storytelling ist ein kraftvolles Werkzeug, das im Bereich des Recover-Coachings als innovative und wirkungsvolle Methode bei der Genesung von Nutzen sein kann.

6. Abschließende Diskussion über die gewonnenen Erkenntnisse:

Nach allen Aktivitäten geben die Teilnehmenden konstruktives Feedback zu den gewonnenen Erkenntnissen.

In der Abschlussdiskussion geben die Teilnehmenden außerdem Einblicke und Tipps, wie sie Klient:Innen dabei unterstützen können, sich in Gemeinschaften zu integrieren und durch aktive Teilnahme ein starkes Netzwerk aufzubauen.

Der Coach stellt Ihnen die Bibliografie und zusätzliche Ressourcen für weitere Studien zur Verfügung.