MODUL 5: GENESUNG UND UNTERSTÜTZUNG DURCH GLEICHALTRIGE

GEMEINSAME ERFAHRUNG- ENTDECKEN SIE DIE MACHT GEMEINSAMER GESCHICHTEN IN DER PEER-UNTERSTÜTZUNG.

LERNZIELE UND ZIELE DER AKTIVITÄT:

Ziel Nr. 1

Erkennen Sie die Kraft gemeinsamer Erfahrungen in der Peer-Unterstützung an

Die Teilnehmenden werden darlegen, wie das Anerkennen und Feiern der gemeinsamen Erfahrungen von Personen in der Genesung das Gemeinschaftsgefühl stärkt.
Sie werden konkrete Beispiele analysieren, wie diese gemeinsamen Erzählungen zu einem unterstützenden Umfeld beitragen, das die gegenseitige Unterstützung unter Gleichaltrigen fördert.
Die Teilnehmenden werden über ihre eigenen Geschichten nachdenken und erkennen, wie der Austausch ihrer Erfahrungen ihren Genesungsprozess verbessern und eine stärkere Gemeinschaft fördern kann.

Ziel Nr. 2

Fördern Sie Empathie, Verbundenheit und gegenseitige Unterstützung durch die Anerkennung gemeinsamer Erfahrungen

Die Teilnehmenden werden darlegen, wie das Anerkennen und Feiern der gemeinsamen Erfahrungen von Personen in der Genesung das Gemeinschaftsgefühl stärkt und eine Umgebung gegenseitiger Unterstützung schafft.
Die Teilnehmenden werden konkrete Beispiele dafür untersuchen, wie diese gemeinsamen Erfahrungen das Peer-to-Peer-Lernen fördern und so das Verständnis und die Einsicht in unterschiedliche Genesungswege verbessern.
Die Teilnehmenden nehmen an Gruppendiskussionen und Aktivitäten teil, die den Austausch ihrer eigenen Erfahrungen erleichtern. Dabei wird ihnen bewusst, wie diese Verbindungen Empathie fördern und die Beziehungen innerhalb der Genesungsgemeinschaft stärken.

Ziel Nr. 3

Feiern Sie die gemeinsamen Erfahrungen von Menschen in der Genesung

Die Teilnehmenden werden erkennen und artikulieren, wie wichtig es ist, gemeinsame Erlebnisse zu feiern, um die Verbindung zwischen den Menschen in der Genesung zu stärken und die gegenseitige Unterstützung zu fördern.
Die Teilnehmenden nehmen an Aktivitäten teil, die sie dazu anregen, ihre eigenen Geschichten und die Geschichten anderer zu feiern und darüber nachzudenken, wie diese Praxis Empathie, Verbundenheit und Peer-to-Peer-Lernen fördert.
Das Anerkennen und Feiern der gemeinsamen Geschichten von Menschen in Genesung stärkt das Gemeinschaftsgefühl und die gegenseitige Unterstützung und fördert Peer-to-Peer-Lernen, Empathie und Verbundenheit.

MODUL 5: GENESUNG UND UNTERSTÜTZUNG DURCH GLEICHALTRIGE

GEMEINSAME ERFAHRUNG- ENTDECKEN SIE DIE MACHT GEMEINSAMER GESCHICHTEN IN DER PEER-UNTERSTÜTZUNG.

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG UND MATERIALIEN

Aktivitätsbeschreibung

1. Zielgruppe - Personal der Erwachsenenbildung, Genesungscoaches
2. Zeit - 2 Stunden

1. Ein visueller Leitfaden, der die wichtigsten Konzepte gemeinsamer Erfahrungen und deren Auswirkungen auf die gegenseitige Unterstützung behandelt.
2. Videos und Multimedia-Inhalte: Beispiele aus dem echten Leben, die die Rolle gemeinsamer Geschichten in Genesungssituationen veranschaulichen und die Wirksamkeit der Unterstützung durch Gleichgesinnte veranschaulichen.
3. Whiteboard zum Erfassen wichtiger Punkte
4. Arbeitsblätter für praktische Tätigkeiten.
5. Zeichenwerkzeuge für Rollenspiele.

Materialien

FÜR DIESE AKTIVITÄT VERWENDETE METHODIK

Kreise zum Teilen von Geschichten:

Die Teilnehmenden bilden kleine Kreise, in denen sie abwechselnd über ihre Genesungserfahrungen sprechen. Dieses Format ermutigt sie, zu artikulieren, wie ihre Geschichten das Gemeinschaftsgefühl und die gegenseitige Unterstützung stärken. Diskussionen unter Gleichgesinnten fördern tieferes Verständnis und Verbundenheit, fördern gegenseitige Unterstützung, kollegiales Lernen, Empathie und betonen die Bedeutung gemeinsamer Geschichten. Die Kreise schließen mit einer gemeinsamen Feier der Erlebnisse ab, die das Zusammengehörigkeitsgefühl stärkt.

Peer-to-Peer-Diskussion:

Bei dieser Methode diskutieren die Teilnehmenden offen und tauschen sich über Erkenntnisse und Erfahrungen aus ihrem Genesungsprozess aus. Diese Diskussionen sind so strukturiert, dass sie einander aktiv zuhören und so ein Gefühl gegenseitiger Unterstützung und Verständnis fördern. Durch den Austausch persönlicher Erfahrungen können die Teilnehmenden artikulieren, wie diese Interaktionen ihr Gemeinschaftsgefühl stärken und Empathie fördern. Dies unterstreicht den Wert des Peer-to-Peer-Lernens.

Rollenspiel:

Die Teilnehmernden üben das Geschichtenerzählen und die Unterstützung durch Rollenspiele, die typische Herausforderungen der Genesung widerspiegeln. Diese interaktive Methode ermöglicht es den Teilnehmern, sich in die Lage der anderen zu versetzen und fördert so Peer-to-Peer-Lernen, Empathie und Verbundenheit. Indem sie sowohl die Rolle des Erzählenden als auch des Zuhörerenden übernehmen, können die Teilnehmenden die Bedeutung des Erfahrungsaustauschs und des Einübens unterstützender Reaktionen verdeutlichen und so die Verbindungen stärken, die Gemeinschaft und gegenseitige Unterstützung fördern.

Community-Storytelling und Reflexion

Diese Methode unterstreicht die Bedeutung der Anerkennung und Würdigung gemeinsamer Erfahrungen für den Aufbau einer Gemeinschaft. Die Teilnehmenden können ihre Geschichten in verschiedenen Formaten präsentieren, beispielsweise in gesprochenem Wort, Poesie, Kunst oder Gruppendiskussionen. Um das Engagement zu fördern, beinhaltet die Methode interaktive Elemente wie Reflexionen und Feedback des Publikums. Durch die Würdigung der individuellen Erfahrungen stärken die Teilnehmernden das für die Genesung wichtige Gefühl der Zugehörigkeit und Unterstützung und stärken so die kollektive Stärke der Gemeinschaft.

MODUL 5: GENESUNG UND UNTERSTÜTZUNG DURCH GLEICHALTRIGE

GEMEINSAME ERFAHRUNG- ENTDECKEN SIE DIE MACHT GEMEINSAMER GESCHICHTEN IN DER PEER-UNTERSTÜTZUNG.

AKTIVITÄTSBESCHREIBUNG

1. Einleitung
Die Kursleitung leitet die Sitzung ein und betont die Bedeutung gemeinsamer Erfahrungen in der Genesung und der gegenseitigen Unterstützung. Es wird erklärt, wie das Erzählen von Geschichten die Verbundenheit und Empathie zwischen den Betroffenen in der Genesung fördern kann.

2. Geleitete Diskussion
Der Coach leitet eine Diskussion, die sich auf das Konzept gemeinsamer Erfahrungen konzentriert und sich auf drei Schlüsselpunkte konzentriert:
A) Wie verbessern geteilte Geschichten und Erlebnisse den Genesungsprozess?
B) Welche Herausforderungen und Vorteile bietet der Erfahrungsaustausch im Rahmen der Peer-Unterstützung? Die Bedeutung gegenseitiger Unterstützung und die Förderung des Peer-to-Peer-Lernens. Die Bedeutung gemeinsamer Erfahrungen.
C) Wie können Genesungscoaches sichere und angenehme Räume schaffen, in denen Einzelpersonen ihre Geschichten effektiv teilen können?

3. Rollenspielaktivität
Die Teilnehmenden werden in Paare aufgeteilt und zeichnen Szenarien, die mit ihrer Genesungserfahrung zusammenhängen. Eine Person spielt die Person in Genesung, die andere die unterstützende Person. Die Person erzählt ihre Geschichte anhand des Szenarios, während die unterstützende Person aktives Zuhören und empathisches Reagieren übt. Die Lehrkraft begleitet die Teilnehmenden mit professionellen Ansätzen und hilft ihnen, auf verschiedene Herausforderungen zu reagieren.

4. Zirkuläre Diskussion
Die Teilnehmenden diskutieren die im Rollenspiel gewonnenen Fähigkeiten und Erkenntnisse. Der Coach moderiert ein Gespräch über die Wirksamkeit verschiedener Ansätze und regt zum Austausch von Ideen und Überlegungen an.

5. Vertiefung des Themas
Die Kursleitung geht auf die Faktoren ein, die die Wirkung gemeinsamer Erfahrungen beeinflussen, und erörtert Strategien zur Schaffung einer Umgebung, die einen offenen Dialog und gegenseitige Unterstützung fördert.

6. Reflexion und Anwendung
Die Teilnehmenden nehmen sich Zeit, um über die Bedeutung gemeinsamer Erfahrungen und gegenseitiger Unterstützung nachzudenken.
Gemeinsam mit der Kursleitung bewerten sie ihre Stärken und Verbesserungsbereiche bei der Förderung der gegenseitigen Unterstützung und des gemeinsamen Erlebens im Rahmen der Genesung.