

Modulinhalte der Basisausbildung 2021

Modul 1: Standtechnik, Kommunikation, Hintergrundwissen

23. / 24. Oktober 2021

Unterrichtszeit

Samstag: 9.00h - 12h und 13.30h - 18h

Sonntag: 8.30h - 12h und 13.00h - 16h

Info: Modulinhalte unter Vorbehalt, kurzfristige Änderungen sind möglich

Kurseröffnung & Einstieg
Technik: <ul style="list-style-type: none">○ Standtechnik 1: Selbstbewusste Körpersprache und Körperhaltung, Grenzen setzen, Stopp, Schützen, Abwehr○ Standtechnik 2: Handgelenk○ Standtechnik 3: Umklammerung, Würgen○ Schocktechniken, Schlagtechniken, Schlagparcours, Brettritual○ Opferhilfe, Notwehrrecht <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none">○ <i>Verschiedenen Trainingsarten der Techniken in kleinen und in grossen Gruppen</i>○ <i>Spielerische Schulungsmethoden</i>○ <i>Ideen zum Einlaufen</i>○ <i>Spiele</i>
Kommunikation <ul style="list-style-type: none">○ Feedback geben/nehmen: <i>Anwenden & üben bei Standtechnik</i>○ Transaktionsanalyse (TA 1): Grundeinstellung ich bin ok – du bist ok Beispiele aus dem Unterrichtsalltag
Hilfsangebote für Erwachsene <ul style="list-style-type: none">○ Ergänzung zu den Vorträgen der TN
Hintergrundwissen <ul style="list-style-type: none">○ Gewalt und Ausbeutung: Gewaltformen, wer sind die TäterInnen / Opfer○ Wichtige Begriffe: Grenzverletzungen, Gewalt, sexuelle Übergriffe und Belästigungen, sexuelle Ausbeutung, Cybermobbing usw. <i>Wie vermittele ich das an einem SV Kurs?</i>○ Gefühle: Mut, Wut, Angst, Umgang mit der Angst <i>Wie vermittele ich das an einem SV Kurs?</i> <i>Passende Aktive Sequenz</i>
Vorträge von TN: pro TN 20-30 Min.

1

Modul 2: SV Frauen, Technik & Leitungsmodell mit Kader-Trainer

20. / 21. November 2021

Unterrichtszeit

Samstag: 9.00h - 12h und 13.30h - 18h

Sonntag: 8.30h - 12h und 13.00h - 16h

Info: Modulinhalte unter Vorbehalt, kurzfristige Änderungen möglich

Begrüssen, Ankommen, Einstieg
Rollenspiele <ul style="list-style-type: none">○ Erlernen von verbalen Selbstbehauptungsstrategien im Rollenspiel○ Deeskalierend reagieren: verbal & nonverbal○ Textkarten
Technik: <ul style="list-style-type: none">○ Bodentechnik: Falltechnik, Fuss packen, sitzen, liegen usw.○ Pallas-Leitungsmodell: Frau/Mann.....○ <i>Verschiedenen Trainingsarten der Techniken in kleinen und in grossen Gruppen</i>○ <i>Spielerische Schulungsmethoden</i>○ <i>Ideen zum Einlaufen</i>○ <i>Spiele</i>
Hintergrundwissen <ul style="list-style-type: none">○ Pallas-Leitungsmodell: Frau/Mann○ Frauenbilder analysieren und hinterfragen○ Rollenbilder: Modell, Vorbild und Rollenbewusstheit○ Entwicklung von Verhaltensstrategien in Zusammenhang mit gesellschaftlich vorgegebenen Rollenmustern○ Vorurteile<ul style="list-style-type: none">● Welche Vorurteile gibt es bei den TN an SV-Kursen?● Stereotypen● Selbstreflexion: Welche Vorstellung habe ich als BA-Teilnehmerin oder Teilnehmer?
Kommunikation <ul style="list-style-type: none">○ Transaktionsanalyse (TA 2): Ich-Zustände Ich-Zustände beschreiben, wie Menschen sich im Alltag verhalten und wie ihre Persönlichkeit strukturiert ist. Eine Gesamtheit von Verhaltensweisen, Denkmustern und Gefühlen (Verhalten, Denken, Fühlen)

2

Standortgespräch Pallas-Assistenz-Trainer mit Kader-Trainer

- Welche Motivation hast du für die Pallas-Assistenz?
- Wie verstehst du dich in deiner Arbeit als Pallas-Assistenztrainer?
- Rückmeldungen zu den bisherigen Beobachtungen und Einschätzungen

Standortgespräch Pallas-Trainerin

- Einzelgespräch
- In diesem Gespräch wollen wir wissen, wie es dir geht, wie du dich fühlst und wie du dich einschätzt als zukünftige Pallas-Trainerin. Auch erhältst du Rückmeldungen zu den bisherigen Beobachtungen und Einschätzungen.

Bodentechnik Wiederholen

- Spezifische Unterrichts- und Trainingslehre
- Hypothesen bilden
-
- *Verschiedenen Trainingsarten der Techniken in kleinen und in grossen Gruppen*
- *Spielerische Schulungsmethoden*
- *Ideen zum Einlaufen*
- *Spiele*

Pallas-Leitung & Struktur / Kurs-Marketing

- Aufzeigen von weiterführender Unterstützung: z.B. als Co-Trainerin, Trainerin, Regionalvertreterin usw.
- Vermarktung der eigenen Kurse

Information und Organisation Lehrübung

- Info Struktur

Vorträge von TN: pro TN 20-30 Min.

Modul 3: SV Jugend, schwierige Situationen & Technik

11. / 12. Dezember 2021

Unterrichtszeit

Samstag: 9.00h - 12h und 13.30h - 18h

Sonntag: 8.30h - 12h und 13.00h - 16h

Info: Modulinhalte unter Vorbehalt, kurzfristige Änderungen möglich

Begrüßen, Ankommen, Einstieg
Pubertät <ul style="list-style-type: none"> ○ Entwicklungsaufgaben ○ Hirnstrukturelle Veränderungen
Phasen der Gruppenentwicklung
Optimus Studie und weitere aktuelle Studien <ul style="list-style-type: none"> ○ sexuelle Übergriffe unter Jugendlichen ○ erste Liebe – erste Hiebe: <i>Aktive Sequenz für SV Unterricht</i> ○ Wer ist betroffen? Von wem gehen sexuelle Belästigungen aus?
Hilfsangebote Jugendliche
Kommunikation <ul style="list-style-type: none"> ○ Transaktionsanalyse (TA 3): Transaktionen TA bezeichnet jede «Kommunikationseinheit» zwischen mindestens zwei Menschen als Transaktion. Diese kann verbal oder non-verbal sein. Alles was sich zwischen Menschen abspielt, wird Transaktion genannt. Mit jeder Transaktion versucht man, bewusst oder unbewusst, im Gegenüber einen ganz bestimmten gewünschten Ich-Zustand zu aktivieren.
Kritische Situationen <ul style="list-style-type: none"> ○ TA: Drama-Dreieck / Gewinner-Dreieck ○ Bedeutung für den Unterricht ○ Konfliktlösung: Umgang mit Eskalationen in Pallas-Kursen
Information und Organisation Lehrübung <ul style="list-style-type: none"> ○ Raster für die Planung besprechen
Unterrichtsplanung / Lektionsgestaltung Theorie <ul style="list-style-type: none"> ○ Kursorganisation ○ Lektionsplanung

Alle Techniken wiederholen

- Ideen-Pool-Sammlung
- Parcours-Ideen als Schlusstraining
-
- *Verschiedenen Trainingsarten der Techniken in kleinen und in grossen Gruppen*
- *Spielerische Schulungsmethoden*
- *Ideen zum Einlaufen*
- *Spiele*

Vorträge von TN: pro TN 20-30 Min.

Gemeinsamer Abschluss