

Ablaufplan Regelschülerseminar 2019 (30.05.-02.06.2019 in der DJH Frankfurt)

Donnerstag, 30.05.	Freitag, 31.05.	Samstag, 01.06.	Sonntag, 02.06.	Datum
Ankunft bis 12 Uhr	Resilienz-Seminar bei Viola Dingler (9-13 Uhr) - Missverständnisse verringern - Kommunikationsstrategien - Ängste & Hemmschwellen überwinden lernen - Psychische Entlastung	Resilienz-Seminar bei Viola Dingler (9-13 Uhr) Vertrauen in eigene Leistungsfähigkeiten entwickeln, emotionale Stärke entwickeln - Persönlichkeit stärken - Selbstbewusstsein und offenen Umgang mit der Hörschädigung fördern	Resilienz-Seminar bei Viola Dingler (9-13 Uhr) -Eigene Ressourcen und Kompetenzen kennen und gezielt einsetzen Abschluss: Feedback „Das schätze ich an dir“-Brief	Vormittag
Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	13 – 14 Uhr
Resilienz-Seminar bei Viola Dingler (14-18 Uhr) - Kennenlernen - Was erwartet die TN? - Einstieg in therapeutische Arbeit: Selbstwahrnehmung, Körpersprache, Wirkungsweise	Ausflug in die Frankfurter Innenstadt - Gruppenrallye Gruppenspiele am Main	Teamsportliches Angebot vor Ort Teil 2: Fotochallenge Do's/Dont's: Nicht schreien/überdeutlich sprechen, helle Orte suchen, ignorant und ungeduldig sein	Heimreise ab 14 Uhr	Nachmittag
Abendessen	Abendessen	Abendessen		18 - 19 Uhr
Gruppenspiele in der DJH Möglichkeit zum freien Austausch	Teil 1: Videosequenzen zu alltäglichen Vorurteilen („Nur alte Leute tragen HG“, „Ziehst du das HG nie aus?“, Wie fühlst du dich wenn jemand sagt „Ist nicht so wichtig“?	Ausflug in die Frankfurter Innenstadt		Abendprogramm

Das Wochenende steht unter dem Motto Erfahrungsaustausch, Identitätsstärkung und Selbstbewusstseinsförderung zur besseren Bewältigung der eigenen Behinderung