

Aufbaumodule für Jugendbegleiter:innen

Stark im Kontakt

Impulse für Jugendbegleiter:innen in ihrem pädagogischen Alltag

Ob beim gemeinsamen Basteln, in der Hausaufgabenbetreuung oder im Gespräch mit Kindern und Jugendlichen: Jugendbegleiter:innen gestalten Beziehungen. Dabei sind Klarheit, Einfühlungsvermögen und eine gute Portion Selbstfürsorge wichtige Werkzeuge.

Die Fortbildungsreihe „**Stark im Kontakt**“ lädt dazu ein, die eigene Wirkung bewusster wahrzunehmen, herausfordernde Situationen mit mehr Sicherheit zu meistern und neue Kraft aus der eigenen Motivation zu schöpfen.

In drei praxisnahen Modulen erhalten die Teilnehmenden konkrete Impulse für ihren Alltag, lernen einfache Übungen kennen und können sich mit anderen Engagierten austauschen. Für mehr Präsenz, Verbindung und innere Stärke.

Referentin aller 3 Module: Frederike Wiechmann



Frederike Wiechmann ist Sprecherzieherin (M.A. Sprechkunst) und Glückslehrerin mit mehrjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Sie bringt ihre Stimme besonders gern dort ein, wo Menschen sich weiterentwickeln, stärken und miteinander in Kontakt kommen wollen.

In ihren Workshops verbindet sie alltagstaugliche Übungen mit einer warmen, ermutigenden Atmosphäre – und schafft Räume, in denen man nicht perfekt sein muss, aber wachsen darf.

**Ort: Kath. Kirchengemeinde St. Martinus
Martinushaus, Johannesstr. 21, 70806 Kornwestheim**

1. Wirkungsvoll statt laut!

Stimme, Körper & Kommunikation im pädagogischen Alltag

Wie wir sprechen, wirken – und wirken lassen – hat großen Einfluss auf die Beziehungsgestaltung mit Kindern und Jugendlichen. In diesem Modul entdecken die Teilnehmenden ihre Stimme als Werkzeug, um authentisch, klar und souverän aufzutreten. Wir arbeiten mit einfachen Übungen zur Körperhaltung, Atmung, Artikulation und Präsenz, die im Alltag sofort einsetzbar sind. Der Fokus liegt auf einem selbstbewussten Auftreten und der Fähigkeit, auch in herausfordernden Situationen ein echtes, zugewandtes Gegenüber zu bleiben.



AdobeStock_113872280_highwaystarz

Donnerstag, 9.10.2025 18 – 21 Uhr



Kornelia Vonier-Hoffkamp
Mail schulpastoral.ludwigsburg@drs.de
Tel. 07141-911 85 14
Solitudestr. 5, 71638 Ludwigsburg

2. Sicher durch große Gefühle navigieren



AdobeStock_163363703_detailblick-foto

Verstehen, was dahintersteckt – begleiten, was sich zeigt

Wenn Kinder laut, wütend, traurig oder unkonzentriert sind, steckt oft ein unerfülltes Bedürfnis dahinter. Doch wie erkenne ich, was wirklich los ist? Und wie bleibe ich dabei selbst handlungsfähig und empathisch? Dieses Modul gibt Einblicke in Grundlagen der Bedürfnisorientierung, zeigt Strategien zur Emotionsregulation (für Kinder *und* Erwachsene) und bietet alltagstaugliche Übungen, um mehr Sicherheit im Umgang mit herausforderndem Verhalten zu gewinnen.

Donnerstag, 6.11.2025 18 – 21 Uhr

3. Meine Glückstankstelle



72889_original_R_K_B_by_Jü...Acker_pixelio.de

Energie, Sinn und Leichtigkeit im Ehrenamt

Wer viel gibt, darf auch auftanken! Dieses Abendmodul lädt die Teilnehmenden ein, wieder bei sich selbst anzukommen, ihre Motivation zu reflektieren und Kraftquellen zu entdecken. Mit Methoden aus der positiven Psychologie, kurzen Körper- und Achtsamkeitsübungen sowie Impulsen für mehr Selbstfürsorge entsteht ein Raum, in dem das eigene Wohlbefinden im Mittelpunkt steht. Eine inspirierende Pause vom Alltag – und ein Dankeschön an alle, die sich mit Herz engagieren.

Donnerstag, 4.12.2025 18 – 21 Uhr

Anmeldung bis spätestens 26. September bitte unter Angabe von

Adresse, Telefon, Mail, Schule und dortige Tätigkeit

bei Kornelia Vonier-Hoffkamp, Kirche+Bildung+Schule

Mail: schulpastoral.ludwigsburg@drs.de

Gesamtkosten: 60 €

Rechnung wird nach Anmeldung gestellt.

Die Teilnahme an einzelnen Modulen ist möglich, **20 € pro Modul.**

Für die teilgenommenen Module werden Teilnahmebescheinigungen ausgestellt.

Die gesamte Schulung erfüllt auch die Voraussetzung zur Auffrischung der Juleica.



Kornelia Vonier-Hoffkamp
Mail schulpastoral.ludwigsburg@drs.de
Tel. 07141-911 85 14
Solitudestr. 5, 71638 Ludwigsburg