

Empowerment für Heldinnen

Zielgruppe:

Das Angebot richtet sich an Mädchen und junge Frauen ab der 5. Klasse.

Auf vielfachen Wunsch können nun ebenfalls weibliche **und** männliche Teilnehmende den Workshop zusammen besuchen. Empowerment für alle! 😊

Ebenso kann ein Parallel-Workshop für alle männlichen Schüler gebucht werden.

Der Workshop:

Mädchen und junge Frauen haben auch heute noch mit vielen Herausforderungen zu kämpfen.

Ob es nun das mitunter medial verbreitete Schönheitsideal, Ungleichbehandlungen im Beruf, oder die vielen kulturellen und gesellschaftlichen Vorurteile sind; eine Heldin seines eigenen Lebens zu sein ist mitunter gar nicht so einfach.

Um heranwachsenden Frauen die Möglichkeit zu geben, ein selbstbestimmtes Leben zu führen, beleuchten wir kritisch bestehende Rollenbilder, zeigen ihnen, dass es vollkommen in Ordnung ist Grenzen zu setzen und arbeiten aktiv daran, das eigene Selbstbewusstsein zu steigern.

Auf Wunsch bieten wir bei einem Workshop ab drei Tagen eine zum Thema passende Theateraufführung der Teilnehmenden als krönenden Abschluss an.

Dauer:

Der Workshop ist modular aufgebaut und kann zeitlich an Ihre Bedürfnisse und Wünsche angepasst werden.

Unser Angebot reicht von einem eintägigen Schnupperkurs, bis hin zu einem fünftägigen Intensiv-Workshop.



STAND2GETHER

Themen und Ziele:

Weibliche Rollenbilder:

- Beleuchtung der medialen Rollenbilder
- Untersuchung verschiedener kultureller Rollenbilder
- Erarbeitung der gesellschaftlichen Rollenbilder
- Inhaltlich offener Diskurs der selbst erarbeiteten Ergebnisse

Empowerment:

- Erkennen der eigenen Stärken
- Lernen Grenzen zu setzen
- Stärkung der Solidarität
- Selbstbehauptungsmethoden spielerisch ausprobieren

Positives Mindset:

- Aufbau/Unterstützung eines positiven Mindsets
- Vermeiden der Opferrolle durch Selbstermächtigung
- Gleichberechtigung ins eigene Denken integrieren



STAND2GETHER

Vorbereitung:

Für unseren Workshop benötigen wir idealerweise einen großen, hellen Raum mit ausreichend Platz für Bewegung. Bei mehrtägigen Workshops wäre es optimal, wenn dieser Raum durchgängig zur Verfügung stünde.

Benötigte Materialien sind eine Tafel, oder ein Flipchart mit Papier.

Sollte eine abschließende Theateraufführung geplant sein, so ist ein ausreichend großer Raum und eine Bühne (optional) vonnöten.

Die Schülerinnen und Schüler brauchen lediglich Schreibmaterial.

Alle zusätzlichen Materialien bringen wir mit.

Das Team:

Wir sind ein Team aus ausgebildeten Schauspielenden und Theaterpädagog*innen.

Unsere Workshops stärken Persönlichkeit und Klassengefüge, fördern Empathie, gegenseitiges Verständnis und setzen ein Zeichen für Toleranz und Respekt.

Durch innovative Methoden und unsere langjährige Erfahrung sind die Workshops dabei stets interaktiv, inspirierend und machen vor allem eines: viel Spaß!

Unsere Arbeit wird von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften gleichermaßen als wertvolle Ergänzung zum Schulalltag empfohlen.

Wir setzen uns aktiv für Demokratieförderung ein und decken dabei ein breites Themenfeld ab. Unser Angebot umfasst folgende Gebiete:

Theater-Workshop

Präsentationstraining

Empowerment für Heldinnen

Antisemitismus bekämpfen

Einige aus unserem Team haben sich zudem im Rahmen einer Weiterbildung zum Mental Health Ersthelfer ausbilden lassen und bieten folgende Workshops zu Themen der mentalen Gesundheit an:

Psychische Erkrankungen – Erkennen und Helfen

Substanzabhängigkeit – Wie kann ich helfen?

Nichts für Sie dabei? Wir erstellen Ihnen auf Wunsch einen maßgeschneiderten Workshop.

Mehr Informationen finden Sie unter: **www.stand2gether.de**