



## **MUTWERK – 6x STARK**

### **Einleitung und Leitgedanken unserer pädagogischen Angebote für junge Menschen mit sozial auffälligem Verhalten**

In einer zunehmend komplexen und schnelllebigen Gesellschaft, die von materialistischem Konsum und sozialen Herausforderungen geprägt ist, stehen junge Menschen vor vielfältigen Entwicklungsaufgaben. Werteorientiertes Verhalten gerät dabei oftmals in den Hintergrund, während soziale Anerkennung – auch in negativer Form – an Bedeutung gewinnt. Die Ursachen für delinquentes Verhalten im Jugendalter sind vielschichtig und lassen sich selten auf eine einzelne Ursache zurückführen. Vielmehr sind sie das Ergebnis eines Zusammenspiels verschiedener Risikofaktoren, wie soziale Benachteiligung, Armut, kriminelle Vorbilder, Peer-Einflüsse, psychische Belastungen sowie individuelle Merkmale.

Unser Ansatz basiert auf der Erkenntnis, dass die Entwicklung eines positiven Selbstbildes, sozialer Kompetenzen und persönlicher Ressourcen entscheidend ist, um junge Menschen auf ihrem Weg zu verantwortungsbewussten und mündigen Erwachsenen zu begleiten. Dabei setzen wir gezielt an den individuellen Faktoren an, die das Verhalten beeinflussen, wie Selbstwertgefühl, Emotions- und Impulsmanagement, Frustrationstoleranz, Empathie, Problem- sowie Konfliktfähigkeit und Perspektivwechsel. Ergänzend orientieren wir uns an den Prinzipien der entwicklungspsychologischen Resilienzforschung: Die Förderung psychischer Widerstandskraft, intrinsischer Motivation und eines positiven Selbstwirksamkeitserlebens sind zentrale Bausteine unseres Trainings.

### **Modulreihe 6x Stark**

**Zielgruppe:** Junge Menschen mit sozial auffälligem Verhalten

**Ziel:** Förderung von Selbstreflexion, Konfliktfähigkeit, Eigenverantwortung und sozialer Kompetenz durch kreative, partizipative und alltagsnahe Module.

Jedes Modul umfasst etwa 120 Minuten und folgt einem festen, transparenten Aufbau, um Sicherheit und Wiedererkennung zu schaffen, und wird von zwei pädagogischen Fachkräften durchgeführt.

6x Stark ist ein pädagogisches Gruppenangebot für junge Menschen mit sozial auffälligem Verhalten, das in sechs inhaltlich eigenständige Module gegliedert ist. Jedes Modul fokussiert unterschiedliche Kompetenzbereiche und kann unabhängig von den übrigen Modulen durchgeführt werden. Ein aufeinander aufbauendes, modulübergreifendes

Curriculum liegt bewusst nicht zugrunde. Damit ist eine Teilnahme an einzelnen Modulen jederzeit möglich, ohne dass Vorkenntnisse aus anderen Modulen erforderlich sind.

Ziel der Module ist es, junge Menschen an ein spezifisches Thema heranzuführen, eine inhaltliche Auseinandersetzung zu fördern und eine Übertragung auf ihre eigene Lebensrealität zu ermöglichen. Der alltagsnahe Bezug steht dabei im Vordergrund: Die Teilnehmenden sollen befähigt werden, erworbenes Wissen und neue Sichtweisen unmittelbar auf ihre persönliche Situation zu übertragen. Dadurch können alternative Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt, neue Perspektiven eröffnet und prosoziale Verhaltensweisen gestärkt werden.

Die methodische Umsetzung orientiert sich an den Prinzipien der Einfachheit und Lebensweltorientierung. Zum Einsatz kommen insbesondere Visualisierungstechniken, moderierte Gruppengespräche sowie angeleitete Reflexionsphasen, die einen niedrigschwelligen Zugang ermöglichen und die aktive Beteiligung der jungen Menschen fördern.

### **Einheitlicher Aufbau:**

- Begrüßung & Ankommen
- Thema eröffnen & Alltagsbezug herstellen
- Eigene Reflexion & Gruppengespräch
- Fachlicher Input & Transfer zur Lebensrealität
- Kreativer Abschluss

### **1. Starke Worte**

*„Sag' ohne Faust.“*

Themenschwerpunkt: Gewaltfreie Kommunikation, Konfliktverhalten, Sprache als Werkzeug  
junge Menschen lernen, sich klar auszudrücken – ohne Drohung, Druck oder Gewalt.

### **2. Stark trotz Wut**

*„Wut. Macht. Kontrolle.“*

Themenschwerpunkt: Umgang mit Wut, Frust, Gewaltbereitschaft

Wie Emotionen entstehen, was Wut auslöst – und was man stattdessen tun kann.

### **3. Starke Rollen**

*„Was ist eigentlich ein Mann / eine Frau?“*

Themenschwerpunkt: Rollenbilder, Gruppenzwang, Identität

Reflexion von Geschlechterrollen, Zugehörigkeit und Selbstbild.

#### **4. Stark bleiben**

*„Rausch oder Risiko?“*

Themenschwerpunkt: Sucht, Gruppendruck, Grenzen setzen  
Was ist Freiheit? Wie entkomme ich der Sucht?

#### **5. Stark im Leben**

*„Was kann ich eigentlich?“*

Themenschwerpunkt: Kompetenzen, Stärken, Selbstwert, Perspektiven  
Fokus auf Ressourcen statt Defizite: Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich?

#### **6. Stark durch Respekt**

*„Kein Label. Kein Druck“*

Themenschwerpunkt: Mobbing, Ausgrenzung, Respekt & Haltung  
junge Menschen erkennen, wie sie mit anderen und mit sich selbst fairer umgehen können.

Die Module folgen dem o.g. Aufbau und richten sich gemäß jener Inhalte. Durch die Eigendynamik eines Gruppensettings kann der Bedarf jener Inhalte – gemäß dem Bedarf der Gruppe – auch abweichen. Das Training richtet sich an Prinzipien, wie der Verhältnismäßigkeit sowie der Lösungsorientierung, um prozessbedingte Strukturen zu berücksichtigen und einen größtmöglichen (Lern-)Effekt bei den Teilnehmenden zu erzielen.