



FRIEDENGOLDSTEIN
— BILDUNGSZENTRUM

Neue Farben braucht die Welt!

Inhaltsverzeichnis

1. Lebensführung.....	S.3.
2. Berufliche Orientierung	S.8.
3. Engagementmöglichkeiten.....	S.11.
4. Persönlichkeitsentwicklung.....	S.12.
5. Demokratisierung und Medienkompetenz.....	S.15.

Lebensführung

Workshoptitel

Kurze Beschreibung

Digitale Ethik und soziale Verantwortung

Mobbing:
Respekt und Empathie - Gegen Mobbing und Cybermobbing!

Dieser Workshop sensibilisiert die SuS für die Auswirkungen von Mobbing und Cybermobbing und vermittelt Strategien zur Prävention und Intervention.

Social Media:
Bewusster Umgang mit Social Media - Stärken statt Vergleichen!

Dieser Workshop sensibilisiert die SuS für die Auswirkungen des Vergleichs mit anderen auf Social Media und die Gefahren exzessiven Nutzens. Es werden Strategien zur Förderung eines gesunden Selbstwertgefühls und eines bewussten Umgangs mit Social Media vermittelt, unter Berücksichtigung der Auswirkungen von Dopamin und anderen Faktoren.

Umweltschutz und Klimabewusstsein	
Nachhaltigkeit: Nachhaltigkeit im Alltag - Kleine Schritte für eine bessere Zukunft!	Der Workshop beschäftigt sich mit nachhaltigem Lebensmanagement, angefangen bei umweltbewusstem Konsum bis hin zur Gestaltung eines nachhaltigen Lebensstils. Es werden praktische Tipps gegeben und gezeigt, wie jeder Einzelne durch nachhaltiges Handeln im Alltag einen Beitrag zum Umweltschutz leisten kann.
Klimawandel: Klimawandel verstehen - Herausforderungen und Lösungsansätze	Dieser Workshop vermittelt grundlegendes Wissen über den Klimawandel, seine Ursachen und Auswirkungen, und ermutigt die SuS, aktiv Maßnahmen zum Klimaschutz zu ergreifen.
Interkulturelle Begegnung und interreligiöser Dialog	
Interkulturalität: Brücken bauen zwischen Kulturen!	Dieser Workshop fördert das Verständnis und die Wertschätzung von Interkulturalität und zeigt, wie verschiedene Kulturen harmonisch zusammenleben und voneinander lernen können.
Interreligiöser Dialog: Gemeinsamkeiten entdecken, Unterschiede respektieren!	Dieser Workshop bietet einen Raum für den interreligiösen Dialog, in dem die SuS die Möglichkeit haben, verschiedene religiöse Perspektiven kennenzulernen und zu diskutieren. Der Fokus liegt auf dem Verständnis

	und der Wertschätzung der Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den Religionen, um Toleranz und Respekt zu fördern.
Persönliche Entwicklung und Ressourcenmanagement	
Zeitmanagement: Zeit für mehr Lebensqualität!	Dieser Workshop konzentriert sich auf effektives Zeitmanagement. Die SuS lernen Strategien, wie sie ihre Zeit optimal nutzen können, um persönliche und berufliche Ziele besser zu erreichen.
Selbstmanagement: Selbstreflexion und persönliche Entwicklung!	Dieser Workshop fördert die Reflexion von Selbstorganisationsfähigkeiten als Grundlage für persönliche Entwicklung.
Nachhaltigkeit: Nachhaltiges Lebensmanagement!	Der Workshop beschäftigt sich mit nachhaltigem Lebensmanagement, angefangen bei umweltbewusstem Konsum bis hin zur Gestaltung eines nachhaltigen Lebensstils. Es werden praktische Tipps und Ansätze für einen umweltfreundlichen Alltag vermittelt.
Umgang mit Geld: Finanzkompetenz für ein erfülltes Leben	Dieser Workshop vermittelt grundlegende Finanzkompetenzen und zeigt, wie eine solide finanzielle Planung zu einem erfüllten Leben beitragen kann. Die Themen umfassen Budgetierung, Sparen, Investitionen und die Entwicklung einer finanziellen Vision, die die individuellen Lebensziele unterstützt.

Optimales Lernen und effektive Lernstrategien

Effektive Lernressourcen nutzen: Tipps und Tricks für erfolgreiches Lernen	Dieser Workshop gibt den SuS praktische Strategien und Empfehlungen, wie sie ihre Lernressourcen effektiv nutzen können, seien es Bücher, Online-Materialien oder andere Quellen, um ihr Lernen zu optimieren und ihre Lernziele zu erreichen.
Lerntypen verstehen: Individuelles Lernen für bessere Ergebnisse	In diesem Workshop lernen die SuS verschiedene Lerntypen kennen und erfahren, wie sie ihren eigenen Lerntyp identifizieren können.
Lernmethoden für nachhaltigen Erfolg: Techniken zur Verbesserung des Lernens	Dieser Workshop stellt verschiedene Lernmethoden vor, wie z.B. Mindmapping, Zusammenfassungen schreiben oder Gruppenarbeit. Die SuS lernen, wie sie diese Methoden in ihrem Lernprozess anwenden können, um ihr Verständnis und ihre Ergebnisse zu verbessern.
Lernpläne erstellen: Strukturiertes Lernen für bessere Organisation	In diesem Workshop lernen die SuS, wie sie effektive Lernpläne erstellen können, um ihr Lernen zu organisieren und ihre Ziele zu erreichen.

Stressbewältigung und effektives Lernen

<p>Stressmanagement: Für erfolgreiches Lernen und Wohlbefinden</p>	<p>Dieser Workshop bietet den SuS Techniken und Strategien zur Bewältigung von Stress im Lernprozess. Es werden Methoden zur Stressreduktion, Entspannungstechniken und Selbstfürsorge vorgestellt, um ein gesundes Gleichgewicht zwischen Lernen und Wohlbefinden zu erreichen.</p>
<p>Prokrastination überwinden: Strategien für produktives Lernen</p>	<p>In diesem Workshop lernen die SuS, die Ursachen und Auswirkungen von Prokrastination zu verstehen und erhalten praktische Tipps und Techniken, um ihre Prokrastination zu überwinden und ihre Lernziele effektiv zu erreichen.</p>

Berufliche Orientierung

Workshoptitel	Kurze Beschreibung
Bildungswege	
Die Ausbildung: Dein Weg zur beruflichen Exzellenz!	Im Rahmen dieses Workshops erkunden die SuS Welt der Ausbildung, indem die Bedeutung sowie die entscheidenden Voraussetzungen für eine erfolgreiche berufliche Laufbahn thematisiert werden.
Das Abitur: Der Schlüssel zum Horizont!	Bei diesem Workshop lernen die SuS die Struktur, die Rahmenbedingungen und die Bedeutung des Abiturs kennen.
Fachabitur oder Abitur: Wegweiser Für Bildungswege!	Dieser Workshop dient als Entscheidungshilfe, um die individuellen Bildungswege ideal zu gestalten. Dabei werden Fachabitur und Abitur miteinander verglichen.
Hochschule oder Fachhochschule: Höhere Bildung, unterschiedliche Wege!	Der Workshop analysiert die Formen der höheren Bildung (Hochschulen und Fachhochschulen) und stellt diese gegenüber.
Duales Studium: Arbeiten und studieren - dein Weg zum Erfolg!	Die SuS erfahren bei diesem Workshop was das duale Studium ist (Vorteile, Nachteile, Vergleich zum allgemeinen Studium).

<p>Studium ohne Abitur: Auch ohne Abitur erfolgreich studieren!</p>	<p>Bei diesem Workshop werden die Wege ins Studium, auch ohne das Abitur, thematisiert.</p>
<p>Bildungswege – Ein vergleichender Blick</p>	
<p>Ausbildung oder Abitur: Karriere Kreuzung!</p>	<p>Den SuS werden die Unterschiede zwischen der Ausbildung und dem Abitur vorgestellt.</p> <p>(Dieser Workshop richtet sich primär an SuS der Sek. I)</p>
<p>Ausbildung oder Studium: Die Entscheidung in die Welt der Arbeit!</p>	<p>Die SuS erhalten einsteigende Einblicke von Vor- und Nachteilen zwischen der Ausbildung und dem Studium.</p> <p>(Dieser Workshop richtet sich primär an SuS der Sek. II)</p>
<p>Instrumente für das Studium</p>	
<p>Stipendium: Förderung für Talente - Deine Chancen entdecken!</p>	<p>Die SuS erhalten Informationen über verschiedenen Stipendienmöglichkeiten (Begabtenförderungswerke etc.), das Bewerbungsverfahren und die Auswahlkriterien.</p>
<p>BAföG: Finanzierung deines Studiums!</p>	<p>Im Rahmen dieses Workshops erhalten die SuS ein kompaktes Informationspaket rund um das Thema BAföG.</p>

<p>Studienplatzklage: Das Recht auf dein Studienplatz!</p>	<p>Die SuS entdecken bei diesem Workshop, welche rechtlichen Möglichkeiten sie besitzen, um an ihr Traumstudium zu gelangen.</p>
<p>Die Eigenentwicklung in der Berufswelt</p>	
<p>Selbstständigkeit: Vom Traum zur Realität!</p>	<p>Dieser Workshop stellt den SuS den Schritt in die Selbstständigkeit vor (Von der Geschäftsidee, bis zur Umsetzung).</p>
<p>Selbstpräsentation: Alles was du brauchst, besitzt du schon!</p>	<p>Im Rahmen dieses Workshops lernen die SuS Techniken (Auftreten, Rhetorik und Sprache etc.), um sich selbst besser präsentieren zu können.</p>
<p>Der Schritt in die Berufswelt</p>	
<p>Der Aufbau eines Unternehmens: Strukturen verstehen!</p>	<p>Die SuS erhalten bei diesem Workshop einen Einblick in den Aufbau eines Unternehmens und werden für die Unternehmensstrukturen sensibilisiert.</p>
<p>Schreibwerkstätte: Wie erstellt man Bewerbungen und Lebensläufe?</p>	<p>Die Schreibwerkstätte vermitteln den SuS die Kompetenzen für einen besseren Umgang in der Erstellung von Bewerbungen und Lebensläufen.</p>

Engagementmöglichkeiten

Global denken, lokal handeln

Workshoptitel	Kurze Beschreibung
Politische Partizipation: Sei Teil der Demokratie!	Die SuS erfahren, wie sie sich über Parteien in das politische Geschehen einbringen können.
FSJ & FÖJ: Abwechslung und Courage!	Die SuS erfahren vom Freiwilligendienst als eine Überbrückungsvariante zwischen Schulabschluss und ihres weiteren Werdegangs.
Soziales & ehrenamtliches Engagement: Geben und nehmen!	Die SuS werden in die Welt des sozialen sowie ehrenamtlichen Engagement eingeführt. Hierbei werden sie sich u.a. dessen bewusst, wie sie bereits im Alltag tätige Hilfe leisten können.
Engagementlandschaft: Die Vielfalt des Engagements	Im Rahmen dieses Workshops lernen die SuS verschiedene Institutionen kennen, bei denen sie sich aktiv engagieren können.

Persönlichkeitsentwicklung

(Er-)kenne dich selbst

Workshoptitel

Kurze Beschreibung

Selbsterkennung

Bildungsbiografien:
Wo befindest DU dich mitten im Bildungsgeschehen?

Die SuS setzen sich mit ihrer eigenen Bildungsbiografie auseinander und stellen einen Bezug zwischen ihren Bildungsgeschichten, der Bildungsgerechtigkeit und dem Bildungssystem her.

Selbstverwirklichung: Nutze deine Ressourcen

Stärken und Schwächen: Hand in Hand

Im Rahmen dieses Workshops setzen sich die SuS in einem Reflexionsprozess mit ihren eigenen Stärken und Schwächen auseinander.

Visionen:
Ein Blick in die Zukunft!

Die SuS beschäftigen sich damit, was Visionen sind und wie sie ihre eigenen Visionen verwirklichen können.

Träume: Lasse deinen Traum wahr werden!	Die SuS erlangen ein Verständnis für ihre eigenen Interessen und erhalten Werkzeuge zur Verwirklichung ihrer Träume.
Entscheidungsfindung: Nicht lange fackeln, einfach machen!	Die SuS können mithilfe dieses Workshops ihre Entscheidungsfindung stärken.
Motivation: Wie aus einer Flamme ein Feuer wird!	Die SuS gewinnen Erkenntnisse darüber, wie sie Personen dazu motivieren können, ihre Träume zu verfolgen oder weiterzuentwickeln.
Resilienz: Der Fels in der Brandung!	Die SuS wissen nach diesem Workshop wie sie ihre eigene Resilienz in verschiedenen Lebenssituationen (weiter-)entwickeln können.
Der Schlüssel: Kommunikation	
Streitschlichtung: Kein Salz in die Wunde streuen!	Die Fähigkeiten der SuS in Bezug auf Konfliktlösung, Meditation und Förderung von Frieden sowie Harmonie in der Gemeinschaft werden ausgebaut.
Diskussions- und Debattenführung: Change my mind!	Die SuS erfahren, wie sie Diskussionen und Debatten auf eine respektvolle und produktive Weise führen. Der Schwerpunkt liegt darauf, verschiedene Perspektiven zu betrachten und die Meinungen anderer besser zu verstehen.
Kommunikationstechniken: Harmonie zwischen Sender und Empfänger!	Die SuS erlernen, wie sie ihr Auftreten verbessern können und effektiv mit anderen interagieren können.

<p>Fremd- und Selbstwahrnehmung. Kommunikation als Spiegel!</p>	<p>Die SuS werden dazu angeregt, ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung kritisch zu reflektieren und die gegenseitige Beeinflussung beider Perspektiven auf ihre individuellen Erfolge zu untersuchen.</p>
---------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Demokratisierung und Medienkompetenz

Workshoptitel	Beschreibung
Gesellschaft	
Schülerrechte im Fokus: Kenne deine Rechte!	Dieser Workshop bietet eine interaktive Plattform, um den SuS ein Verständnis für ihre festgelegten Ansprüche und Freiheiten in Bildungseinrichtungen zu vermitteln. Die SuS erkunden Wege, wie eine gerechte, sichere und unterstützende Lernumgebung gefördert werden kann.
Gewaltenteilung: Die Grundpfeiler einer stabilen demokratischen Gesellschaft!	Dieser Workshop taucht in die Grundprinzipien ein, die die Trennung der Staatsgewalt definieren. Gemeinsam erkunden sie, wie das Prinzip Machtmissbrauch vorgebeugt werden kann und die Stabilität einer demokratischen Gesellschaft gefördert wird.
Parteienlandschaft: Welche Parteien gibt es?	Der Workshop zur Parteienlandschaft bietet eine dynamische Plattform, um SuS ein tiefes Verständnis für die Vielfalt politischer Parteien zu vermitteln. Die SuS erkunden die unterschiedlichen Ideologien, Programme und Einflüsse, die

	die politische Landschaft prägen, und reflektieren über die Bedeutung dieser Vielfalt für eine lebendige Demokratie.
Der Wahlprozess: Wahlkampfstrategien im Überblick!	Die SuS erhalten ein umfassendes Verständnis für den Ablauf von Wahlen. Gemeinsam erkunden sie die verschiedenen Phasen des Wahlprozesses, von der Kandidatenaufstellung bis zur Auszählung, und reflektieren über die Bedeutung dieses demokratischen Prozesses für die Gesellschaft.
Staatsformen: Ein weltweiter Vergleich!	In diesem Workshop erhalten die SuS einen umfassenden Einblick in die verschiedenen Organisationsstrukturen von Staaten. Dabei erkunden sie die Merkmale von Monarchien, Republiken und anderen Formen der Staatsregierung, reflektieren über deren Vor- und Nachteile und vertiefen ihr Verständnis für die Vielfalt politischer Systeme weltweit.
Wirtschaftsformen: Ein Globaler Einblick!	Im Rahmen dieses Workshops gewinnen die SuS tiefe Einblicke in die vielfältigen Strukturen von Wirtschaftssystemen. Gemeinsam erforschen sie Merkmale von Marktwirtschaften, Planwirtschaften und gemischten Systemen, reflektieren über gesellschaftliche Auswirkungen und vertiefen ihr Verständnis für die weltweite Vielfalt wirtschaftlicher Modelle.
Diskriminierung	
Rassismus: Aufdecken, Verstehen, Überwinden!	Dieser Workshop bietet den SuS die Gelegenheit, tiefgehende Einblicke in das komplexe Thema Rassismus zu gewinnen. Gemeinsam werden historische Kontexte erforscht, aktuelle Erscheinungsformen analysiert und konkrete Maßnahmen zur Förderung von Anti-Rassismus-Denken und -Handeln

	entwickelt. Der Workshop fördert das Bewusstsein für die Notwendigkeit eines inklusiven und diversen gesellschaftlichen Miteinanders.
<p>Klassismus: Auf dem Weg zu einer gerechten Gesellschaft!</p>	Die SuS erhalten tiefgreifende Einblicke in die sozialen Hierarchien und Klassenunterschiede. Es werden historische Entwicklungen beleuchtet, aktuelle Erscheinungsformen analysiert und konkrete Ansätze erarbeitet, um soziale Gerechtigkeit zu fördern. Der Workshop zielt darauf ab, ein umfassendes Verständnis für Klassismus zu schaffen und Wege zu finden, um eine inklusive und gerechte Gesellschaft zu unterstützen.
<p>Ableismus: Barrieren erkennen, Bewusstsein schaffen!</p>	Der Workshop ermöglicht den SuS eine kritische Auseinandersetzung mit den Herausforderungen, denen Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten gegenüberstehen. Durch historische Einordnung und Analyse aktueller Barrieren fördert der Workshop das Bewusstsein für Ableismus und trägt dazu bei, inklusive Perspektiven zu entwickeln.
<p>Sexismus: Geschlechterungleichheit verstehen und gemeinsam überwinden!</p>	In diesem Workshop setzen sich die SuS mit den vielfältigen Aspekten von Geschlechterungleichheit auseinander. Ziel ist die Sensibilisierung für geschlechterbezogene Fragen und die Entwicklung von Maßnahmen zur Förderung der Gleichstellung in der Gesellschaft.
<p>Intersektionalität: Vielschichtige Realitäten verstehen und für Inklusion eintreten!</p>	Der Workshop ermöglicht den SuS eine Auseinandersetzung mit den komplexen Verflechtungen verschiedener sozialer Identitäten. Durch die Analyse von Schnittstellen wie Geschlecht, Rasse und Klasse sollen die SuS ein tieferes Verständnis für die vielfältigen Herausforderungen entwickeln. Ziel

	ist es, die Sensibilität für diverse Lebensrealitäten zu stärken und inklusive Ansätze zu fördern.
Bildungsgerechtigkeit: Chancen schaffen, Barrieren überwinden!	Dieser Workshop gibt den SuS einen tiefen Einblick in die Herausforderungen des Bildungssystems. Es werden Ungleichheiten analysiert und Strategien entwickelt, um Chancengleichheit zu fördern.