



# DAS HKT im Projekt STARKamSTART

HKT Symposium - 15.09.2018

Florian Greiner & Steffen Jakowski

Video



TauRes  
Helge Krüger und Team!  
Ihre Hilfe für Investment und Verschönerung

Ministerium  
für Arbeit und Soziales

ESF  
Europäischer Sozialfonds  
für Deutschland

EUROPÄISCHE UNION

www.starkkracherschule.de

www.starkkracherschule.de

Pädagogische Hochschule  
**HEIDELBERG**  
University of Education

WW  
Prüfung:  
...  
...





Das Team von STARKamSTART





CHICAGO



STREET LIGHT

NEW YORK  
THE 1st & 2nd  
SUPER LEAGUE

OCEAN DRIVE  
TO SAN DIEGO 7A  
COURTESY OF  
BOZEMAN-SANITARI  
PONY (AT CONVENT)

THUG  
LIFE





# Das Starkmacher-Prinzip

„Wir müssen Erfahrungsräume schaffen, in denen Menschen Vertrauen erleben können.“

(Mathias Kaps)



# Ressourcenorientierung

Räume schaffen, um eigene Stärken zu erkennen und zu entwickeln

Stärken stärken



# Wertschätzung

Nur wer Wertschätzung erfährt, kann auch Anderen Wertschätzung entgegenbringen!



# Vertrauensvorschuss

In ANDERE, in die SACHE und in MICH

## **Erleben von Kunst, Kultur und Sport**

- Eventerlebnisse als eindrückliche Erfahrung
- Erfahren von Selbstwirksamkeit
- Eigene Grenzen kennenlernen und überwinden
- Steigerung des Selbstwerts
- Kooperation und Teamgeist entwickeln

## **Teilhabe**

- Erleben von Zugehörigkeit
- Wertschätzung als elementare Grundlage für Lehr-/Lernprozesse
- Vielfalt als (gesamtgesellschaftliche) Bereicherung
- Gemeinsames Überwinden bestehender Barrieren

# Die Projektbausteine

## **Reflexion und Evaluation**

- Grundlage für Nachhaltigkeit
- Professionalisierung des Projekts und der VermittlerInnen
- Kooperation mit der PH Heidelberg

## **Heidelberger Kompetenztraining:**

- Mentale Stärke entwickeln
- Herausforderungssituationen erfolgreich meistern
- Transfer der erworbenen Kompetenzen in den Alltag
- Nachhaltigkeit schaffen durch bewusstes Erleben eigener Stärken

# Die Projektwoche

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
das Kennenlernen	gemeinsamer Start	gemeinsamer Start	gemeinsamer Start Reflexion der Woche
Workshop-Phase Teil 1	<u>zweiter Baustein des HKT: Zugang zur Konzentration</u>	Vorbereitungen für den Auftritt	Vorbereitungen für den Auftritt
Pause mit gemeinsamen Mittagessen	Workshop-Phase Teil 1	Generalprobe	gemeinsame Abschlussrunde
<u>Einführung in das HKT: Daumenfokus</u>	Pause mit gemeinsamen Mittagessen	<u>vierter Baustein des HKT: Intentionsabschirmung</u>	gemeinsames Warm-Up
Workshop-Phase Teil 2	Workshop-Phase Teil 2	gemeinsames Warm-Up	<u>mentale Zielerreichung erleben</u>
<u>erster Baustein des HKT: Ziele formulieren</u>	<u>dritter Baustein des HKT: Stärken stärken</u>	<u>mentale Zielerreichung erleben</u>	zweite Show
gemeinsamer Abschluss <u>mentale Zielerreichung erleben</u>	gemeinsamer Abschluss	erste Show	



# Kontakt

<https://www.facebook.com/STARKamSTART/>

[starkamstart@starkmacher.eu](mailto:starkamstart@starkmacher.eu)