

JUGENDROTKREUZ BEWERB - 2024



VORBEREITUNGSUNTERLAGE



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

ALLGEMEIN

Im Rahmen des Bundesjugendcamps 2024 wird erstmals ein Jugendrotkreuz-Bewerb abgehalten. Hierbei werden zum einen Inhalte zur Ersten Hilfe und zum anderen Wissen zu sozialen Themen des Helfens abgeprüft. Im Einzel- als auch im Teambewerb gibt es theoretische und praktische Stationen dazu.

Mit dieser Unterlage soll den teilnehmenden Jugendgruppen am Bewerb eine optimale Vorbereitung zu den Inhalten ermöglicht werden.

Wir freuen uns schon auf ein Treffen in Graz!



ERSTE-HILFE-WISSEN

Für die Inhalte und auch das abzuprüfende Wissen in der Ersten Hilfe für den JRK-Bewerb gelten die aktuell gültigen Richtlinien des Bildungszentrums, wie auch der Fragenkatalog zum Thema Erste Hilfe.

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

Das Erste-Hilfe-Wissen wird, in Form von Team- und Einzelstationen geprüft. Dabei wird das Wissen dazu praktisch wie auch theoretisch abgetestet.



SOZIALES-WISSEN

Im Rahmen des Jugendrotkreuz-Bewerbs wird das Wissen der Jugendlichen zu drei Themen aus dem sozialen Bereich abgeprüft, dabei handelt es sich am Bundesjugendcamp 2024 um:

- 7 Grundsätze & Leitbild
- Queer & Wir
- Psychische Erste Hilfe

7 Grundsätze & Leitbild

Hier geht es um die sieben Grundsätze des Roten Kreuzes, was sie bedeuten und wie sie unser Handeln beeinflussen. Außerdem sollten die Jugendgruppen wissen, aus welchen Bausteinen das Leitbild des Roten Kreuzes besteht und was es in der alltäglichen Arbeit bedeutet.

Queer & Wir

Jede vierte junge Person in Österreich identifiziert sich als queer. Demnach haben die Themen sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität eine große Bedeutung. Begrifflichkeiten und Definitionen zu kennen, sowie Maßnahmen, die für mehr Inklusion und einen safer space gesetzt werden können, sollen dargestellt werden können.

Psychische Erste Hilfe

Die psychische Belastung ist bei jungen Menschen hoch. Oft fühlt man sich unter besonderem Druck gestresst und damit auch belastet. Die Folgen sind oft auch schwerwiegend, umso wichtiger ist es, Erste Hilfe Maßnahmen auch im Bereich der Psychischen Gesundheit setzen zu können.

Wie werden diese Themen im Bewerb geprüft?

Alle Themen können in Form von Team- und Einzelstationen geprüft werden. Dabei wird Wissen praktisch und auch theoretisch abgetestet. Das erlernte Wissen soll in einem Gespräch oder im Rahmen von gestellten Fragen wiedergegeben werden. Allerdings wird ein wichtiger Faktor das reflektive Lernen sein. Abgeprüft wird also auch, ob es den Jugendlichen gelingt, das erworbene Wissen in Form von Praxisbeispielen anzuwenden.

Vorausgesetzt und abgeprüft wird jenes Wissen, das im Rahmen der vorbereiteten Jugendgruppenstunden, die in diesem Dokument beschrieben sind, erlernt wird.

Die Überprüfung an der jeweiligen Bewerbungsstation kann folgende Formen annehmen:

- In der Form einer Praxisstation
- In der Form einer Theoriestation
- Komplette Einzelstation
- Ergänzende Fragen im Theorieteil
- Legespiele
- Mündliches Gespräch zur Wissensüberprüfung
- Reflexion und Argumentation im Gespräch (referenzierend auf Inhalte, die in den Gruppenstunden gelernt wurden)
- Rollenspiele
- Quiz
- Arbeitsblätter
- Dilemmageschichten

Ganz allgemein gelten darüber hinaus folgende Anmerkungen:

- Alle Prüfungsmodalitäten können digital oder analog durchgeführt werden.
- Es wird verlangt, dass eine Auseinandersetzung mit dem jeweiligen Thema passiert ist und daher darauf geachtet, ob die jeweiligen Gruppenstunden durchgeführt wurden.
- Das Organisationsteam behält sich vor, etwaige Nachreichungen zur Überprüfung auszuschieken

Ebenfalls sei angemerkt, dass es im Laufe des ersten Quartals 2024 noch Möglichkeiten geben wird, mit dem Organisationsteam in Kontakt zu treten, um sich in Bezug auf Prüfungsmodalitäten zu informieren. Die Informationen dazu werden frühzeitig ausgeschickt.



Die 7 Grundsätze des Roten Kreuzes

10-14 Jahre

Stundenziel

Jugendliche beschäftigen sich mit den 7 Grundsätzen des Roten Kreuzes in Form von Alltagssituationen und präsentieren die 7 „Begriffe“ in ihrer Art und Weise

Kompetenzgewinn 

- Zugehörigkeitsgefühl
- Wertebewusstsein
- Glaubwürdigkeit

Material 

Alle Materialien findest du unter:
www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	5 Min. 	Gruppe spielt mit der Betreuungsperson „Ich packe meinen Rotkreuz-Koffer und nehme mit...“. Betreuungsperson packt die 7 Rotkreuz-Grundsätze (kann diese mithilfe von Impulsbildern unterstützen) ein.	Wichtig ist hier Spaß am Thema zu vermitteln. Die Grundsätze können hier unter den Betreuungspersonen auch aufgeteilt werden.	Evtl. einen Koffer Impulsbilder zu den 7 Grundsätzen

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil	40 Min 	<p>Schritt 1: Nacheinander visualisiert die Betreuungsperson jeweils einen Grundsatz im Raum mit der Frage „Was bedeutet für dich der Grundsatz XX“. Die Jugendlichen notieren ihre Antworten auf einen Zettel, knüllen diesen zusammen und werfen ihn in die Mitte des Raumes. Dies wird mit allen Grundsätzen wiederholt.</p> <p>Schritt 2: Nun werden alle Zettel durch die Betreuungspersonen nochmals durchgemischt und am Boden liegen gelassen. Ebenfalls werden A3 Zettel jeweils mit einem Grundsatz als Überschrift im Raum aufgehängt. Nun bewegen sich die Jugendlichen zur Musik im Raum, wenn die Musik endet, sucht sich jede:r 3-4 Zettel und findet sich mit zwei anderen zusammen. Gemeinsam wird nun überlegt, welche Erklärung zu welchem Grundsatz passt. Wenn alle fertig sind, teilt jede Gruppe nacheinander ihre Ideen und Zuordnungen und klebt die Zettel mit Erklärungen zum jeweiligen Grundsatz.</p> <p>Schritt 3: Im letzten Schritt werden alle Erklärungssätze pro Grundsatz betrachtet. Anschließend entscheiden sich die Jugendlichen gemeinsam für jene Erklärung, die dem Grundsatz bestmöglich entspricht oder verfassen gemeinsam eine komplett neue Erklärung.</p> <p>Zum Schluss wird zum Vergleich gemeinsam ein Blick auf die Tabelle mit den offiziellen Erklärungen zu den einzelnen Grundsätzen geworfen.</p>	<p>Hier gilt es darauf zu achten beim ersten Schritt genügend Zeit zu lassen, so dass die Jugendlichen ihre Gedanken formulieren können. Nach Möglichkeit soll dies von den Jugendlichen auch als Einzelaufgabe gemacht werden.</p> <p>Bei Schritt 3, also welche Erklärung am besten passt, sollte die Betreuungsperson darauf achten rasch zu einer Entscheidung zu kommen.</p>	<p>A3 Zettel mit Grundsätzen als Überschriften</p> <p>Kleinere Zettel</p> <p>Stifte</p> <p>Erklärungstabelle zu den Grundsätzen</p> <p>Musikbox oder Handy</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Abschluss & Reflexion	10-15 Min. 	<p>Zum Abschluss wird sich gemeinsam nochmal der Grundsatz der Menschlichkeit angesehen: die Betreuungsperson verweist auf die Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen den Jugendlichen und erklärt, dass das auch unter „Menschlichkeit“ zu verstehen ist. Das Rote Kreuz hat den Grundsatz Menschlichkeit so definiert, dass wir allen Menschen helfen, die uns brauchen.</p> <p>Aus diesem Grund ruft die Betreuungsperson dazu auf, dass die Gruppe einander jetzt auch noch hilft, in dem sie sich ihre Rücken stärken: Jedes Kind bekommt einen Zettel auf den Rücken geklebt und andere Kinder schreiben positive Eigenschaften der Person darauf „Was schätzt du an XY?“ (Beleidigungen sind nicht erlaubt). Die Betreuungsperson macht selbst mit!</p>	Hier geht es darum den Grundsatz Menschlichkeit nochmals spürbar für alle Kinder und Jugendlichen zu machen und positiv zu besetzen.	A4 Zettel, Stifte, Klebeband, Musik im Hintergrund

Die 7 Grundsätze des Roten Kreuzes

14-18 Jahre

Stundenziel

Jugendlichen setzen sich intensiv mit den 7 Grundsätzen des Roten Kreuzes auseinander und bringen sie bewusst in ihre Lebensrealität.

Kompetenzgewinn

- Zugehörigkeitsgefühl
- Wertebewusstsein
- Glaubwürdigkeit



Material



Alle Materialien findest du unter:

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	10 Min. 	<p>Gruppe spielt mit der Betreuungsperson „Ich packe meinen Rotkreuz-Koffer und nehme mit ...“. Betreuungsperson packt die 7 Rotkreuz-Grundsätze ein.</p> <p>Betreuungsperson zeigt anschließend ein kurzes Video zu den 7 Grundsätzen in verschiedenen Sprachen: https://www.youtube.com/watch?v=wgpMgW3TArc</p> <p>Zum Schluss wird gemeinsam ein Blick auf die Tabelle mit den Erklärungen zu den einzelnen Grundsätzen geworfen.</p>	Wichtig ist hier Spaß am Thema zu vermitteln und am Ende auf die Tabelle mit den Erklärungen zu verweisen.	Laptop Beamer Internet Erklärungstabelle

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil	35 Min 	<p>Betreuungsperson lädt die Jugendlichen ins Jugendrotkreuzcafé ein, wo 7 Tische stehen. Auf jedem Tisch liegt 1 Flipchart Plakat mit je einem Grundsatz. Dazu stehen auf jedem Tisch Snacks, Getränke, Stifte und evtl. Impulsbilder.</p> <p>Die Betreuungsperson lädt die Jugendlichen dazu ein, es sich im Jugendrotkreuzcafé gemütlich zu machen und sich irgendwo hinzusetzen. Sie weist darauf hin, dass auf jedem Tisch ein „Tischtuch“ (Flipchart Plakat) mit einem Begriff (Grundsatz des Roten Kreuzes) liegt. Danach wird erklärt, dass in diesem Jugendrotkreuzcafé über persönliche Geschichten gesprochen werden kann, Ideen zu Projekten ausgetauscht werden sollen, oder Erklärungen zu den Begriffen in jugendgerechter Sprache gefunden werden sollen.</p> <p>Die Betreuungsperson spielt im Hintergrund Musik und gibt den Hinweis, dass 7 verschiedene Lieder gespielt werden, die als Zeitangabe genommen werden können. Nach jedem Lied gehen die Jugendlichen zu einem neuen Tisch mit einem anderen Grundsatz. Schön wäre es, wenn am Ende auf jedem Tischtuch Ideen, Geschichten und Erklärungen zu sehen sind.</p> <p>Im Plenum werden anschließend alle Plakate samt den Inhalten und möglichen Projektideen besprochen.</p>	<p>Wichtig ist, dass die Betreuungsperson die Sitzmöglichkeiten rund um die Tische an die Anzahl der Jugendlichen anpasst.</p> <p>Hier muss ein bisschen auf die Zeit geachtet werden, vielleicht gibt es einen kurzen Hinweis immer wenn ein Lied zu Ende geht, um die Jugendlichen zum nächsten Tisch einzuladen.</p> <p>Zu Beginn braucht es vielleicht auch mehr Animation durch die Betreuungspersonen.</p>	<p>Tische, Stühle</p> <p>Flipchart Plakat mit je einem Grundsatz,</p> <p>Snacks, Getränke</p> <p>Stifte</p> <p>Impulsbilder,</p> <p>Musik (7 längere Lieder)</p> <p>Lautsprecher</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Abschluss & Reflexion	15 Min. 	<p>Zum Abschluss wird sich gemeinsam nochmal der Grundsatz der Menschlichkeit angesehen: Betreuungsperson verweist auf die Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen den Jugendlichen und erklärt, dass das auch unter „Menschlichkeit“ zu verstehen ist. Das Rote Kreuz hat den Grundsatz Menschlichkeit so definiert, dass wir allen Menschen helfen, die uns brauchen.</p> <p>Aus diesem Grund ruft die Betreuungsperson dazu auf, dass die Gruppe einander jetzt auch noch hilft, in dem sie sich ihre Rücken stärken: Jede:r Jugendliche bekommt einen Zettel auf den Rücken geklebt und andere Jugendliche schreiben positive Eigenschaften der Person darauf „Was schätzt du an XY?“ (Beleidigungen sind nicht erlaubt). Die Betreuungsperson macht selbst mit!</p>	Hinweis der Betreuungsperson, dass es wichtig ist, dass die 7 Grundsätze des Roten Kreuzes im alltäglichen Leben online und offline auch immer wieder sichtbar gemacht werden sollen – Vergleich mit den Ergebnissen des Jugendrotkreuzcafés herstellen.	A4 Zettel Stifte Klebeband Musik im Hintergrund

Leitbild des Roten Kreuzes

10-18 Jahre

Stundenziel

Die Jugendlichen beschäftigen sich intensiv mit dem Roten Kreuz, dessen Aufgaben, Arbeitsweise und Umgang und stellen ihr persönliches Leitbild her.

Kompetenzgewinn

- Zugehörigkeitsgefühl
- Wertebewusstsein
- Glaubwürdigkeit



Material



Alle Materialien findest du unter:

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	10 Min. 	<p>Die Betreuungsperson gibt den Kindern und Jugendlichen die Aufgabe in 2er Teams „Österreichisches Rotes Kreuz“, „Rotes Kreuz“, ... im Internet zu recherchieren und folgende Fragen zu beantworten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was macht das Rote Kreuz (RK)? Wie arbeitet das RK? Wie gehen sie mit Menschen um? Was tut das RK für die Gesellschaft? Wo gibt es das RK? <p>Betreuungsperson oder Jugendliche selbst schreiben die Antworten auf einzelne Moderationskärtchen (in Stichwörtern), um sie anschließend gemeinsam zu den entsprechenden Fragen aufs Flipchart zu kleben.</p> <p>Anschließend präsentiert die Betreuungsperson das offizielle Leitbild des Österreichischen Roten Kreuzes und stellt die jeweiligen Leitbildsätze näher vor.</p>	<p>Die Flipcharts sollten vorbereitet werden - auf jedem Flipchart findet sich eine Frage.</p> <p>Wenn beobachtet wird, dass sich die Jugendlichen schwer tun sollten auch Betreuungspersonen Kärtchen ausfüllen.</p> <p>Zum Ende sollte Bezug auf die Kärtchen genommen und so zum Leitbild übergeleitet werden.</p>	<p>Handy oder Laptop mit Internet</p> <p>Moderationskärtchen</p> <p>Stifte</p> <p>Leitbild Folder</p> <p>Flipchart mit Fragen</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material &
Hauptteil	25 Min. 	<p>Schritt 1: Betreuungsperson erklärt, dass sie eine Präsentation mitgebracht hat, die 4 Geschichten zum Leitbild des Roten Kreuzes zeigen. Sie hat 3 wahre Geschichten und 1 falsche. Die Jugendlichen sollen gemeinsam die Lügengeschichte finden und ihre Wahl auch begründen. Die Gruppe soll sich hier einigen. Danach löst die Betreuungsperson auf, dass alle 4 Geschichten/ Aussagen wahr sind und dem Leitbild des Roten Kreuzes entsprechen. Sie vergleicht es nochmal mit dem Leitbild des Roten Kreuzes.</p> <p>Schritt 2: Danach werden die Jugendlichen gebeten, „Mein Beitrag zum Leitbild“ auszufüllen. Hier sollen die Jugendlichen ihr eigenes Leitbild in Form des Roten Kreuzes erstellen. Dazu bekommen sie eine Vorlage von der Betreuungsperson ausgeteilt.</p> <p>Anschließend stellen die Jugendlichen ihre Ausarbeitungen in der großen Gruppe vor.</p> <p>Die Betreuungsperson setzt die Ausarbeitungen am Ende der Stunde wieder in Kontext mit dem Leitbild und stellt nochmals sicher, dass die Jugendlichen alle Leitbildsätze kennen und erklären können, anhand ihrer eigenen Beispiele und der ausgearbeiteten Erklärungen anhand des Folders.</p>	Hier ist wichtig zu Beginn gut das Leitbild zu erklären und sicherzustellen, dass alle Jugendlichen die Leitbildsätze verstehen. Dann klappt auch die Übung in Schritt 2.	Präsentation 3 Truths and a Lie Rotes Kreuz Beamer, Laptop Vorlage „Mein Beitrag zum Leitbild“ Leitbild Folder
Abschluss & Reflexion	15 Min. 	Zum Abschluss gestalten die Jugendlichen ein Flipchart Plakat. Darauf finden sich Vorsätze und Erklärungen dazu, was es heißt das Leitbild in der Praxis umzusetzen.		Flipchart Stifte

Queer als Teil von uns

10-14 Jahre

Stundenziel

Die Jugendlichen beschäftigen sich mit dem Thema Queer und Begriffen rund um LGBTQIA+. Außerdem reflektieren sie ihre Haltung.

Kompetenzgewinn

- Integrationsfähigkeit, Teamfähigkeit
- Unterstützung für andere, Hilfsbereitschaft
- Gerechtigkeit, Fairness, Respekt, Toleranz, Offenheit



Material



Alle Materialien findest du unter:

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	15 Min. 	<p>Zu Beginn bittet die Betreuungsperson alle Jugendlichen sich im Raum einen ruhigen Platz zu suchen, es sich bequem zu machen und einer Geschichte zuzuhören. Die Betreuungsperson liest die Geschichte vor.</p> <p>Im Anschluss wird die Geschichte kurz nachbesprochen und reflektiert. Die Betreuungsperson fragt die Jugendlichen: Was glaubt ihr, wie sich Aylin fühlt? Könnt ihr euch vorstellen, dass andere Menschen ähnliche Erfahrungen gesammelt haben?</p>	<p>Hier braucht es viel Offenheit von der Betreuungsperson. Versucht die Jugendlichen hier in den Austausch zu bringen.</p>	<p>Geschichte</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil	30 Min. 	<p>LGBTQIA+, was heißt das?</p> <p>Die Jugendlichen lernen die Begriffe kennen, die hinter LGBTQIA+ stecken. Dazu werden alle Jugendlichen in Kleingruppen eingeteilt. Jeder Gruppe wird jeweils ein Buchstabe zugewiesen, oder die Jugendlichen suchen sich einen Buchstaben aus. Nun sollen die Jugendlichen die QR-Codes mit ihren Smartphone Kameras scannen und mithilfe dieser Websites recherchieren, was hinter dem Buchstaben oder dem Begriff steckt. Die Jugendlichen entscheiden selbst, was ihnen wichtig ist und was sie dazu teilen. Sie haben 10 Minuten für die Recherchezeit – die Betreuungsperson achtet auf die Zeit und stoppt die Gruppen auch. Dann sollen alle Erkenntnisse auf einem Flipchart Plakat festgehalten werden – wieder 5 Minuten Zeit.</p> <p>Zuletzt präsentiert jede Gruppe ihr Flipchart Plakat der gesamten Runde – die Betreuungsperson kann ergänzen.</p>	<p>Hier muss auf die Zeit geachtet werden und auch dass die Gruppen zuerst für sich arbeiten und erst dann wieder in die große Gruppe zurückkommen.</p> <p>Bei der Präsentation ist es wichtig die Ergebnisse positiv zu bestärken und auch zu ergänzen wenn etwas wichtiges fehlt (siehe Webseiten hinter QR Codes).</p>	<p>Flipchart</p> <p>Smartphones</p> <p>QR Codes</p>
Abschluss & Reflexion	15 Min. 	<p>Die Jugendlichen schreiben auf ein Flipchart Plakat Vorhaben, was sie tun wollen, damit sich queere Jugendliche in der Jugendgruppe wohl fühlen und wie sie diese zu einem Safer Space machen können. Dies kann im Raum aufgehängt werden.</p> <p>Zum Schluss fragt die Betreuungsperson, mit welchem Gefühl heute alle nach Hause gehen und stellt sicher, dass es positive Gedanken sind.</p>	<p>Hier geht es darum mit einem positiven Gefühl die Stunde zu verlassen und zu animieren sich konkrete Vorhaben zu setzen.</p>	<p>Flipchart</p> <p>Stifte</p>

Queer als Teil von uns

14-18 Jahre

Stundenziel

Die Jugendlichen beschäftigen sich mit dem Thema Queer und den Begriffen. Sie reflektieren außerdem ihre eigene Haltung.

Kompetenzgewinn

- Integrationsfähigkeit
- Teamfähigkeit, Unterstützung für andere
- Hilfsbereitschaft, Gerechtigkeit, Fairness
- Respekt, Toleranz, Offenheit



Material



Alle Materialien findest du unter:

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	15 Min. 	Zu Beginn wird ein kurzes Fakt oder Fake Quiz mit den Jugendlichen gespielt (Mentimeter). Dabei lernen die Jugendlichen einige wichtige Informationen zum Thema Queerness. Anschließend hängt die Betreuungsperson das Poster zum Gender Unicorn auf bzw. zeichnet dieses auf einem Flipchart und erklärt es. Die Jugendlichen können Fragen stellen.	Hier ist es wichtig sich vorher kurz mit der Mentimeter Präsentation und dem Gender Unicorn zu beschäftigen. Um Zugriff auf die Mentimeter-Präsentation zu bekommen, schick bitte eine E-Mail von jener E-Mail-Adresse mit der du auf www.mentimeter.com registriert bist an jugendservice@roteskreuz.at . Du wirst dann direkt freigeschaltet.	Mentimeter: Fakt/Fake Gender Unicorn Vorlage

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil	30 Min. 	<p>LGBTQIA+, was heißt das?</p> <p>Die Jugendlichen lernen die Begriffe kennen, die hinter LGBTQIA+ stecken und was sie oder auch Coming-out bedeuten. Dazu werden alle Jugendlichen in Kleingruppen eingeteilt und jeweils ein Buchstabe bzw. der Begriff Coming-out zugelost, oder die Jugendlichen suchen sich einen Buchstaben aus. Nun sollen die Jugendlichen die QR-Codes mit ihren Smartphone Kameras scannen und mithilfe dieser Websites recherchieren, was hinter dem Buchstaben oder dem Begriff steckt. Es können auch die Infos aus dem Pride Paket verwendet werden. Die Jugendlichen entscheiden selbst, was ihnen wichtig ist und was sie dazu teilen wollen. Sie haben 10 Minuten für die Recherche Zeit – die Betreuungsperson achtet auf die Zeit und stoppt die Gruppen auch. Dann sollen alle Erkenntnisse auf einem Flipchart Plakat festgehalten werden – wieder 10 Minuten Zeit.</p> <p>Zuletzt präsentiert jede Gruppe ihr Flipchart Plakat der gesamten Runde – die Betreuungsperson kann ergänzen.</p>	Im besten Fall kann sich die Betreuungsperson vorab das Pride Paket durchschauen bzw. kennt die Webseiten hinter den QR-Codes.	<p>Flipchart</p> <p>Smartphones</p> <p>QR-Codes</p> <p>Pride Paket</p>
Abschluss & Reflexion	15 Min. 	<p>Die Jugendlichen schreiben auf ein Flipchart Plakat Argumente, warum es wichtig ist, queere Jugend zu inkludieren und notieren Ideen, wie das im Alltag gelingen kann.</p> <p>Zum Schluss fragt die Betreuungsperson mit welchem Gefühl heute alle nach Hause gehen und stellt sicher, dass es positive Gedanken sind.</p>	Im besten Fall kann hier unterstützt werden, um klare Argumente zu finden.	<p>Flipchart</p> <p>Stifte</p>

Psychische Erste Hilfe

10-18 Jahre

Stundenziel

Die Jugendlichen beschäftigen sich mit dem Thema Psychische Erste Hilfe, lernen wichtige Maßnahmen rund um Look, Listen und Link und können diese Prinzipien in der Praxis anwenden.

Kompetenzgewinn

- Unterstützung für Andere
- Hilfsbereitschaft



Material



Alle Materialien findest du unter:

www.jugendrotkreuz.at/bundesjugendcamp-2024

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Einstieg	5 Min. 	<p>Die Betreuungsperson leitet ein:</p> <p>Jeder Mensch ist im Laufe des Lebens mit schwierigen Situationen konfrontiert. Das können alltägliche Situationen sein, z.B. eine schlechte Schulnote, ein Streit mit Freund:innen oder das Treffen einer schwierigen Entscheidung. Das können aber auch Ereignisse sein, die große Veränderungen zur Folge haben können, z.B. eine Trennung, ein Unfall oder ein Todesfall.</p> <p>In all diesen Situationen ist es wichtig, dass wir Personen haben, die für uns da sind und uns unterstützen. Die Unterstützung von wichtigen Personen hilft uns bei der Bewältigung und kann Krisen abmildern oder sogar ganz verhindern. Mit Psychischer Erster Hilfe lernt man, wie man andere gut unterstützen kann. Das funktioniert mit drei sehr einfachen Schritten: Look-Listen-Link.</p>	<p>Es können gerne andere Worte gewählt werden.</p>	

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil	45 Min 	<p>Erklärungen durch Betreuungspersonen und Übungen mit den Jugendlichen (Beispiele für Flipcharts siehe Anhang 3)</p> <p>Look: Jugendliche lernen Krisensituationen wahrzunehmen und einzuschätzen.</p> <p>Die Betreuungsperson erklärt den Unterschied zwischen psychosozialer Krise und psychiatrischem Notfall und klebt die vier Parameter zur Situationseinschätzung auf ein Flipchart. Danach schätzen die Jugendlichen bei verschiedenen Anzeichen für eine Krise ein, ob es aus ihrer Sicht eher eine psychosoziale Krise oder ein psychiatrischer Notfall sein könnte.</p> <p>Die Begriffe psychosoziale Krise und psychiatrischer Notfall werden zur Verdeutlichung einer unterschiedlichen Dringlichkeit vorgestellt. Die Betreuungsperson erklärt, wie man anhand der vier Parameter einschätzen kann, um welche Situation es sich handelt. Bei Selbst-/Fremdgefährdung ist immer von einem psychiatrischen Notfall auszugehen.</p> <p><u>Übung:</u> Verschiedene Anzeichen einer Krise werden anhand der vier Parameter zur Situationseinschätzung aufs Flipchart geklebt und besprochen.</p> <p>Listen: Jugendliche lernen, was aktives Zuhören bedeutet und können aktives Zuhören im Alltag umsetzen.</p> <p>Die Symbole zu nonverbaler und verbaler Kommunikation werden auf ein Flipchart geklebt (siehe Anhang 1). Im Anschluss raten die Jugendlichen, was die Symbole jeweils bedeuten könnten und üben aktives Zuhören in zweier Teams. Die Übung wird zum Schluss nachbesprochen.</p> <p>Mit den Jugendlichen wird besprochen, was aktives Zuhören bedeutet und was man dabei beachten soll.</p>	<p>Die Schritte Look-Listen-Link werden mit den Jugendlichen besprochen und erarbeitet.</p> <p>Bei Look geht es darum hinzuschauen und Situationen danach einzuschätzen, wie schnell gehandelt werden muss. Wir unterscheiden dabei zwischen psychosozialer Krise und psychiatrischem Notfall. Für eine Einschätzung, ob es eher eine psychosoziale Krise oder ein psychiatrischer Notfall sein könnte, orientieren wir uns an vier Parametern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bauchgefühl • Verhaltensänderung • Kontaktfähigkeit • Selbst- oder Fremdgefährdung <p>Bei Listen ist wichtig zu wissen: Aktives Zuhören ist für unser Miteinander allgemein sehr wichtig und vor allem in Krisensituationen eine große Hilfe. Wir unterscheiden bei aktivem Zuhören zwischen nonverbaler und verbaler</p>	<p>Flipchart (nach Muster)</p> <p>Symbole Kommunikation</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Hauptteil		<p><u>Übung</u>: Eine Person erzählt eine Geschichte und die andere hört aktiv zu. Danach erfolgt ein Rollenwechsel und die andere Person hört aktiv nicht zu - macht also genau das Gegenteil. Auswahl unter folgenden Geschichten:</p> <p>So war mein Tag gestern / Eine schöne Erinnerung / Eine gute Urlaubsreise</p> <p>Die Zubereitung des Lieblingsessens / Die Handlung eines Films/einer Serie</p> <p><u>Übung</u>: Das Still-Face Experiment (siehe Anleitung im Anhang)</p> <p>Link: Die Gruppe überlegt gemeinsam, welche Personengruppen in einem sozialen Netzwerk vorkommen und unterstützen können.</p> <p>Die Vielfaltigkeit des sozialen Netzwerks soll dabei abgebildet werden, das bedeutet: Je mehr, desto besser. Danach wird der Bezug zu Look hergestellt: Je dringender ich handeln muss, desto weiter außen im Netzwerk hole ich zusätzliche Unterstützung. Je weniger dringend die Situation scheint, desto eher kann ich mich noch in den inneren Bezugskreisen orientieren zur Unterstützung.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Betreuungsperson zeichnet ein soziales Netzwerk auf ein Flipchart. Die Gruppe überlegt gemeinsam, welche Personen in dem Netzwerk vorkommen. • Enge Bezugspersonen: Eltern, Geschwister, enge Freund:innen, Partner:innen • Entferntere Bezugspersonen: Verwandte, Nachbar:innen, Betreuer:innen, Kolleg:innen, Lehrer:innen, Trainer:innen • Professionelle Hilfspersonen: Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen, Hausärzt:innen, Sozialarbeiter:innen, Krisenhotlines, Beratungsstellen, etc. • Einsatzkräfte: Rettungsdienst, evtl. Polizei 	<p>Link: Das soziale Netzwerk ist eine der wichtigsten Ressourcen in Krisensituationen und darüber hinaus. Wer aber für wen und wie wichtig ist, ist natürlich vollkommen unterschiedlich. Deshalb soll die betroffene Person nach Möglichkeit immer in weitere Schritte eingebunden werden. Sie selbst weiß am besten, wer oder was als hilfreich empfunden wird.</p> <p>Es kann ein Arbeitsblatt (siehe Anhang 2) zum sozialen Netzwerk mit nach Hause gegeben werden.</p>	<p>Flipchart</p> <p>Stifte</p>

	Dauer	Inhalt & Ablauf	Hinweise	Material & Vorbereitung
Abschluss & Reflexion	10 Min. 	Die Betreuungsperson bespricht mögliche Fragen und Gedanken mit den Jugendlichen nach.	Das Prinzip Look-Listen-Link kann nicht nur bei anderen angewendet werden, sondern hilft auch, bei sich selbst genauer hinzuschauen.	