

Soziale Kompetenzen in der Ausbildung stärken! 2026

Das Projekt wird gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus.



Kofinanziert von der
Europäischen Union



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Lernen erleben – Potenziale entfalten

Trainingsmodule und persönliche Entwicklung für eine erfolgreiche Ausbildung

Soziale Kompetenzen stärken

Das Projekt „SOZIALE KOMPETENZEN IN DER AUSBILDUNG STÄRKEN“ (SKA PLUS) richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene der berufsbildenden Schulen in Rheinland-Pfalz und spricht insbesondere Auszubildende im dualen System an.

Im Rahmen unserer praxisnahen Trainingsmodule erhalten die Auszubildenden die Möglichkeit, ihre individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Bereich sozialer Kompetenzen aktiv zu erleben, zu reflektieren und nachhaltig zu stärken. Im Mittelpunkt steht dabei das zentrale didaktische Prinzip:

Lernen durch Erleben. Durch handlungsorientierte und erfahrungsbasierte Methoden werden Lerninhalte nicht nur vermittelt, sondern unmittelbar erfahrbar gemacht – ein entscheidender Faktor für Motivation, Transfer und nachhaltigen Lernerfolg.

Die Module sind so konzipiert, dass sie sich sinnvoll in den schulischen Ausbildungsalltag integrieren lassen und sowohl die persönliche Entwicklung der Auszubildenden als auch deren berufliche Handlungskompetenz fördern.

Inhaltlich bietet SKA PLUS Trainingsmodule zu folgenden Themen an:

- Teamfähigkeit
- Kommunikation
- Konfliktmanagement
- Stressmanagement
- Medienkompetenz

Weitere Informationen zu Aufbau, Zielen und Inhalten der einzelnen Trainingsmodule finden Sie ab Seite 6.



Foto: © R. König (Arbeit und Leben)

Selbstwirksamkeit stärken (Coaching)

Darüber hinaus unterstützen wir Auszubildende, deren Ausbildung gefährdet ist – individuell, praxisnah und vernetzt. Unser bedarfsorientiertes Coaching Angebot hilft dabei, Herausforderungen im Betrieb, in der Schule oder im persönlichen Umfeld zu bewältigen und Ausbildungserfolge zu sichern. Mehr Infos finden Sie auf S.21.

SKA PLUS wird gefördert durch:

Das Projekt SKA PLUS wird vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung des Landes Rheinland-Pfalz sowie vom Europäischen Sozialfonds Plus (ESF+) gefördert. Die Teilnahme an den Trainingsmodulen und Coachingangeboten ist für berufsbildende Schulen und Auszubildende kostenfrei.

Weitere Infos: www.skaplus.info

Die Trainingsmodule

IM TEAM ZUM ZIEL

*Kooperation, Kommunikation
und Rollen aktiv erleben*

Seite 6

VERSTEHEN, WAS ANKOMMT

*Missverständnisse erkennen und
Verständigung stärken*

Seite 8

STRESS BEWUSST ERLEBEN

*Belastungen verstehen, Ressourcen
stärken*

Seite 10

EL LOBO - DIE INTERAKTIVE TEAM-CHALLENGE FÜR AUSZUBILDENDE

*Lernen durch Erleben. Entscheiden
im Team. Handeln unter Druck.*

Seite 12

REALITY CHECK - MEDIEN- KOMPETENZ ERLEBEN

*Scrollen. Bewerten. Hinterfragen.
Entscheiden.*

Seite 14

DIE COVER UP AG - KOMMU- NIKATION ERLEBEN & ENT- SCHEIDUNGEN TREFFEN

*Zuhören. Hinterfragen. Einschätzen.
Entscheiden.*

Seite 16

CLOSE THE GAP - VON DER INTERPRETATION ZUM DIALOG

*Wahrnehmen. Interpretieren.
Verstehen. Anders reagieren.*

Seite 18



IM TEAM ZUM ZIEL

Kooperation, Kommunikation und Rollen aktiv erleben

In diesem Modul steht das Lernen durch eigenes Erleben im Mittelpunkt. Die Auszubildenden erfahren Teamarbeit unmittelbar in erlebnispädagogischen Kooperationsaufgaben und entwickeln ein gemeinsames Verständnis von Zusammenarbeit, Verantwortung und Rollen im Team.

So funktioniert der Workshop

Die Teilnehmenden lösen abwechslungsreiche Kooperationsübungen in wechselnden Gruppenkonstellationen. Die Aufgaben sind so gestaltet, dass sie nur durch Zusammenarbeit, Kommunikation und gegenseitige Unterstützung bewältigt werden können. Der Fokus liegt auf aktivem Ausprobieren, gemeinsamen Erfahrungen und einem hohen Erlebnisfaktor.

Reflexion & Transfer

Die gemachten Erfahrungen werden gemeinsam reflektiert und gezielt auf den Ausbildungsalltag übertragen. Dabei setzen sich die Auszubildenden u. a. mit folgenden Fragen auseinander:

- Was macht ein Team aus?
- Welche Rollen gibt es in Teams und wie wirken sie zusammen?
- Wie kann Zusammenarbeit auch in herausfordernden Situationen gelingen?

Zielsetzung

Das Modul stärkt Teamfähigkeit als zentrale Schlüsselkompetenz für Ausbildung und Beruf, fördert das Miteinander in der Klasse und unterstützt die Auszubildenden dabei, ihre eigenen Stärken konstruktiv in Teams einzubringen.

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** klassische Erlebnispädagogik
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum berufsbildenden Schule



VERSTEHEN, WAS ANKOMMT

Missverständnisse erkennen und Verständigung stärken

In diesem Modul erfahren die Auszubildenden Kommunikation als aktiven, erlebbaren Prozess. Im Mittelpunkt steht das Lernen durch eigenes Handeln: Kommunikation wird primär nicht erklärt, sondern in erlebnispädagogischen Übungen unmittelbar erfahrbar gemacht.

So funktioniert der Workshop

Anhand von kooperativen Aufgaben und Kommunikationsübungen erleben die Teilnehmenden, wie Botschaften gesendet, empfangen und interpretiert werden. Dabei wird deutlich, welche Rolle nonverbale Signale, unterschiedliche Erfahrungen und Erwartungen sowie das aktive Zuhören im Kommunikationsprozess spielen. Die Übungen machen erfahrbar, dass Kommunikation weit über das gesprochene Wort hinausgeht.

Reflexion & Transfer

Die gemeinsamen Erfahrungen werden reflektiert und auf typische Kommunikationssituationen aus Schule, Betrieb und Alltag übertragen. Zentrale Fragestellungen sind dabei unter anderem:

- Wo liegen Potenziale für Missverständnisse in Kommunikationsprozessen?
- Welche Rolle haben biografische Erfahrungen und Erwartungen für das Verstehen?
- Was bedeutet aktives Zuhören im Ausbildungsalltag?

Zielsetzung

Das Modul stärkt kommunikative Kompetenzen als zentrale Schlüsselqualifikation in Ausbildung und Beruf. Die Auszubildenden entwickeln ein bewussteres Verständnis für Kommunikationsprozesse und lernen, ihr eigenes Kommunikationsverhalten reflektiert und situationsangemessen einzusetzen.

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** klassische Erlebnispädagogik
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum berufsbildenden Schule



Foto: © R. König (Arbeit und Leben)

STRESS BEWUSST ERLEBEN

Belastungen verstehen, Ressourcen stärken

In diesem Modul setzen sich die Auszubildenden mit dem Thema Stress als persönlich erlebbarem Prozess auseinander. Ziel ist es, Stress nicht nur zu erklären, sondern bewusst wahrzunehmen, einzuordnen und handlungsfähig zu bleiben.

So funktioniert der Workshop

Durch praktische Übungen, Reflexionsphasen und erlebnisorientierte Methoden erleben die Teilnehmenden, wie Stress entsteht und wirkt. Dabei wird zwischen förderlichem und belastendem Stress unterschieden. Die Auseinandersetzung mit den drei zentralen Elementen Stressor, Stressverstärker und Stressreaktion hilft, individuelle Stressmuster zu erkennen und besser zu verstehen..

Reflexion & Transfer

Die gemachten Erfahrungen werden auf typische Belastungssituationen im Ausbildungsalltag übertragen – etwa bei Zeitdruck, Prüfungen oder organisatorischen Anforderungen. Themen wie Zeitmanagement, Prioritätensetzung und Prüfungsvorbereitung werden praxisnah aufgegriffen und in den persönlichen Alltag eingebettet.

Zielsetzung

Das Modul stärkt die Fähigkeit der Auszubildenden, Belastungen wahrzunehmen, mit ihnen konstruktiv umzugehen, eigene Ressourcen zu nutzen und Strategien für einen gesunden Umgang mit Stress zu entwickeln – als wichtige Grundlage für Ausbildung, Beruf und Alltag.

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** klassische Erlebnispädagogik
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum berufsbildenden Schule



EL LOBO – DIE INTERAKTIVE TEAM-CHALLENGE FÜR AUSZUBILDENDE

Lernen durch Erleben. Entscheiden im Team. Handeln unter Druck.

El Lobo, auch bekannt als „der Wolf“, ist der Kopf eines der mächtigsten Verbrecherkartelle Mittelamerikas. Sein Aufenthaltsort ist unbekannt – er könnte sich überall auf der Welt verstecken. Die Mission der Auszubildenden: Das geheime Versteck identifizieren und das Kopfgeld von 10.000.000 Pesos sichern.

Doch dieser Auftrag ist anspruchsvoll. Nur mit kluger Teamarbeit, strategischem Denken und klarer Kommunikation lässt sich die Challenge erfolgreich lösen.

So funktioniert das Modul

Die Klasse wird in Kleingruppen von jeweils drei Auszubildenden eingeteilt. Jedes Team schlüpft in die Rolle von Kopfgeldjägern und erhält ein iPad als zentrales Arbeitsinstrument.

In Eigenregie verfolgen die Teams:

- digitale Spuren
- versteckte Hinweise
- Zeugenaussagen und Informationsfragmente

Dabei planen sie ihr Vorgehen selbst, treffen Entscheidungen im Team und passen ihre Strategie laufend an neue Erkenntnisse an.

Lernen durch Erleben

Im Mittelpunkt steht die Erlebnispädagogik: Kein Frontalunterricht, kein reiner Theorieinput – sondern aktives Lernen durch eigenes Handeln. Die Teilnehmenden erleben unmittelbar, wie wichtig Absprachen, Rollenverteilung, Vertrauen und Kommunikation im Team sind.

Trainiert werden unter anderem:

- Teamfähigkeit
- Kommunikationskompetenz
- Problemlösefähigkeit
- strategisches Denken
- Entscheidungsfindung unter Zeitdruck

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** Blended-Learning Trainingsmodul
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum der berufsbildenden Schule
- **Voraussetzung:** stabiles WLAN im Klassenraum

Die gesamte technische Ausstattung wird gestellt: Laptop, Beamer, iPads sowie alle benötigten digitalen Tools. Jedes Team arbeitet mit einem eigenen iPad.

Fazit

El Lobo ist mehr als ein Training – es ist ein intensives, motivierendes Lernerlebnis, das Auszubildende aktiviert, fordert und nachhaltig Kompetenzen im Teamkontext stärkt.

Sind Ihre Auszubildenden bereit für die Jagd?



REALITY CHECK – MEDIENKOMPETENZ ERLEBEN

Scrollen. Bewerten. Hinterfragen. Entscheiden.

Social Media ist längst mehr als Unterhaltung. Likes, Algorithmen, Influencer, KI-Tools und endlose Feeds bestimmen, welche Inhalte wir sehen, wie wir kommunizieren und welche Meinungen wir entwickeln. Doch wie frei sind unsere Entscheidungen wirklich? Und wie gut erkennen wir, was echt ist – und was manipuliert?

Reality Check ist ein interaktiver Workshop zur Medienkompetenz für Auszubildende, der nicht belehrt, sondern erlebbar macht, wie digitale Medien unser Denken, Handeln und unser demokratisches Verständnis beeinflussen.

So funktioniert der Workshop

Die Klasse arbeitet in Kleingruppen und bewegt sich durch verschiedene praxisnahe Szenarien aus der

digitalen Lebenswelt. Die Teilnehmenden analysieren reale Social-Media-Inhalte, treffen Entscheidungen, überprüfen Informationen und erleben unmittelbar, wie Algorithmen, Reichweite und Emotionen wirken.

Im Mittelpunkt steht:

- aktives Mitmachen
- gemeinsames Diskutieren
- eigenständiges Bewerten statt Vorgaben

Lernen durch Erleben – die Workshop-Inhalte

Sicher unterwegs im Netz

Die Auszubildenden entwickeln ein solides Fundament in ihrem digitalen Sicherheitsmanagement.

Fake oder Fakt?

Im Informations-Tsunami des Netzes lernen die Auszubildenden Desinformation und Fake News zu erkennen und Quellen kritisch zu prüfen.

Algorithmen, Macht & Motivation

Anhand konkreter Beispiele setzen sich die Teams kritisch mit der Funktionsweise von Algorithmen, den Interessen von Plattformen und Influencern*innen sowie dem Einfluss großer Tech-Konzerne auf demokratische Prozesse auseinander.

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** Blended-Learning Trainingsmodul
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum der berufsbildenden Schule
- **Voraussetzung:** stabiles WLAN im Klassenraum

Die gesamte technische Ausstattung wird gestellt: Laptop, Beamer, iPads sowie alle benötigten digitalen Tools. Jedes Team arbeitet mit einem eigenen iPad.

Fazit

Reality Check stärkt Medienkompetenz dort, wo sie im Alltag gebraucht wird: beim Scrollen, Teilen, Kommentieren und Entscheiden. Die Auszubildenden lernen nicht nur über Medien – sie lernen, sich bewusst und kritisch in ihnen zu bewegen.

REALITY CHECK

Medienkompetenz interaktiv erleben



🔍 Fake oder Fakt?

⚙️ Algorithmen hinterfragen

Abbildung: KI-generiert

DIE COVER UP AG – KOMMUNIKATION ERLEBEN & ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN

Zuhören. Hinterfragen. Einschätzen. Entscheiden.

Die Cover Up AG zählt zu den internationalen Big Playern im Handymarkt. Vom Hauptsitz in Rheinland-Pfalz aus entwickelt das Unternehmen exklusive, individuelle Handyhüllen für einen globalen Markt. Der CEO und Mitgründer plant bereits den nächsten großen Schritt: ein neues Start-up. Doch bevor es losgehen kann, steht eine entscheidende Frage im Raum: Wem kann er die Verantwortung anvertrauen? Vier erfahrene Führungskräfte aus dem bestehenden Unternehmen kommen infrage.

Die Entscheidung trifft jedoch nicht der CEO – sondern Ihre Auszubildenden.

So funktioniert der Workshop

Die Klasse wird in Kleingruppen eingeteilt. Jedes Team übernimmt die Rolle eines Entscheidungs-

gremiums und erhält ein iPad als zentrales Arbeitsmedium. In interaktiven Interviewsequenzen lernen die Teams die vier Kandidat*innen Schritt für Schritt kennen. Aussagen, Körpersprache, Argumentationen und Interessen liefern Hinweise – doch nicht alles ist eindeutig.

Die zentrale Herausforderung:

- Welche Aussagen sind glaubwürdig?
- Was ist relevant – und was lenkt ab?
- Wie die Informationen sinnvoll gewichten?

Lernen durch Erleben – die Workshop-Inhalte

Im Fokus steht das aktive Erleben von Kommunikation – nicht die Theorie. Die Auszubildenden erfahren unmittelbar, wie unterschiedlich Botschaften wahrgenommen werden können und wie stark Vorannahmen, Interpretation und Gruppendynamik Entscheidungen beeinflussen.

Trainiert werden unter anderem:

- aktives Zuhören
- Kommunikations- und Feedbackkompetenz
- kritisches Hinterfragen von Aussagen
- Entscheidungsfindung im Team
- Reflexion von Rollen, Erwartungen und Wirkung

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** Blended-Learning Trainingsmodul
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum der berufsbildenden Schule
- **Voraussetzung:** stabiles WLAN im Klassenraum

Die gesamte technische Ausstattung wird gestellt: Laptop, Beamer, iPads sowie alle benötigten digitalen Tools. Jedes Team arbeitet mit einem eigenen iPad.

Fazit

Die Cover Up AG macht Kommunikation greifbar. Die Auszubildenden erleben, wie komplex Gespräche, Bewertungen und Entscheidungen im beruflichen Kontext sein können – und was es braucht, um gemeinsam zu einer tragfähigen Lösung zu kommen.

DIE COVER UP AG

Kommunikation interaktiv erleben



Wer ist die beste Wahl?

 **Zuhören & hinterfragen**

 **Aussagen gewichten**



Abbildung: KI-generiert

CLOSE THE GAP – VON DER INTERPRETATION ZUM DIALOG

Wahrnehmen. Interpretieren. Verstehen. Anders reagieren.

Missverständnisse entstehen selten durch das, was gesagt wird – sondern durch das, was wir daraus machen. Dieses Trainingsmodul bewegt sich an der Schnittstelle zwischen Kommunikation und dem konstruktiven Umgang mit Konflikten. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Interpretationen, Bewertungen und innere Muster unsere Wahrnehmung prägen – und wie daraus Konflikte entstehen können.

So funktioniert der Workshop

Die Auszubildenden arbeiten in interaktiven Settings und erleben anhand konkreter Situationen, wie Kommunikation wirkt – und eskaliert. Sie reflektieren eigene Deutungen, vergleichen Wahrnehmungen im Team und probieren alternative Kommunikationsweisen direkt aus.

Dabei geht es nicht um Theorievermittlung, sondern um:

- eigenes Erleben
- gemeinsames Reflektieren
- aktives Ausprobieren neuer Handlungsmöglichkeiten

Lernen durch Erleben – die Workshop-Inhalte

Interpretation & Wahrnehmung

Die Teilnehmenden erleben, wie unterschiedlich dieselbe Situation wahrgenommen werden kann – und welche Rolle Interpretation in Kommunikations- und Konfliktprozessen spielt.

Stereotype & Muster erkennen

Gemeinsam wird untersucht, wie Denk- und Verhaltensmuster entstehen und wie sie unseren Alltag, unser Miteinander und Konfliktsituationen beeinflussen.

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Anhand des Konzepts der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg erhalten die Auszubildenden einen praxisnahen Einstieg – mit besonderem Fokus auf:

- Beobachten statt Bewerten
- Trennung von Wahrnehmung und Interpretation
- bewusste, respektvolle Kommunikation

Organisation & Rahmenbedingungen

- **Format:** interaktives Einführungsseminar
- **Dauer:** 4 Schulstunden
- **Ort:** Klassenraum der berufsbildenden Schule
- **Voraussetzung:** stabiles WLAN im Klassenraum

Fazit

Dieses Modul schafft ein fundiertes Verständnis für Kommunikation und Konflikte – und legt den Grundstein für einen bewussteren, reflektierteren Umgang miteinander im schulischen und beruflichen Alltag.

CLOSE THE GAP

Kommunikation & Konflikte bewusst gestalten



Wahrnehmen Verstehen



Dialog



Lösen

Abbildung: KI-generiert

Ausbildung in Gefahr?

„Coaching Angebot“

Wir unterstützen Auszubildende, deren Ausbildung gefährdet ist – individuell, praxisnah und vernetzt.

Durch ein bedarfsorientiertes Coaching helfen wir dabei, Herausforderungen im Betrieb, in der Schule oder im persönlichen Umfeld zu bewältigen und Ausbildungserfolge zu sichern. Dabei arbeiten wir bei Bedarf eng mit Betrieben, Berufsschulen und weiteren relevanten Akteur*innen zusammen.

Ziel ist es, Ressourcen zu stärken, Handlungsmöglichkeiten zu erweitern und –wenn nötig– eine tragfähige berufliche Neuorientierung zu begleiten.

Mögliche Inhalte des Coachingangebots sind:

- Motivation und die Fähigkeit sich selbst zu organisieren
- Lernstrategien und -methoden
- Stärkung der eigenen Ressourcen und Fähigkeiten
- eine fach- und arbeitsspezifische Unterstützung beispielsweise in den Bereichen Kommunikation/betrieblicher Kommunikation, Konfliktmanagement und Teamfähigkeit
- Umgang mit Stress



Interessiert?

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und beraten Sie gerne bezüglich der Möglichkeiten von **SKA PLUS:**



Rainald König

Arbeit und Leben gGmbH
Gesellschaft für Beratung und Bildung
Prozess- und Bildungsberater, Werteorientierter
systemischer Coach & Berater (CAS/ ISO/ ICI)
Tel.: 06131 – 140 86-22
Mail: r.koenig@arbeit-und-leben.de



Sarah-Maria Hofmann

Arbeit und Leben gGmbH
Gesellschaft für Beratung und Bildung
Prozess- und Bildungsberaterin
Tel.: 06131-6108342
Mail: s.hofmann@arbeit-und-leben.de



Kira Stolte

Arbeit und Leben gGmbH
Gesellschaft für Beratung und Bildung
Prozess- und Bildungsberaterin
Tel.: 06131-6108342
Mail: k.stolte@arbeit-und-leben.de



Sandra Küchler

Arbeit und Leben gGmbH
Gesellschaft für Beratung und Bildung
Prozess- und Bildungsberaterin
Tel.: 0261 – 97358-13
Mail: s.kuechler@arbeit-und-leben.de

Impressum

V.i.S.d.P.: Gabriele Schneidewind und Ute Rosenfelder
(Geschäftsführerinnen)

Arbeit und Leben gGmbH
Gesellschaft für Beratung und Bildung
www.arbeit-und-leben.de



Foto: © R. König (Arbeit und Leben)

SKA PLUS

www.skaplus.info

www.arbeit-und-leben.de

Das Projekt wird gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus.



Kofinanziert von der
Europäischen Union



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG