



Jung und in Bewegung! - Capoeira

Jugendlich sein heisst, sich körperlich und geistig zu verändern. Ablösung und Identitätsfindung sind Entwicklungsaufgaben. Es bedeutet, verschiedene Rollen auszuprobieren, neue Rollen wahrzunehmen und sich von anderen zu verabschieden. Zum Beispiel vom Schulkind zum Lernenden, von einer unmündigen zur mündigen Person. Widerstände, seien es eigene oder beispielsweise die der Eltern, zeigen sich und können sich Erwartungen und Anforderungen entgegenstellen.

Im Hinblick auf die jungen Erwachsenen des Workshops sind wir überzeugt, dass Hip Hop und Capoeira (afrobrasilianischer Kampftanz) ideal sind, eigenen Gefühlen einen körperlichen Ausdruck zu geben und damit erlebbar zu machen. Dabei können sich junge Menschen mit Rollenthemen und Widerstand auseinandersetzen. Damit ein Workshop Erfolg hat, wird neben dem Thema der Fokus auf die Verbindung zur Lebenswelt und Aktualität der Anwesenden gelegt. Über die Bewegung werden mehrere Sinne angesprochen, was die Wirkung eines persönlichen Transfers erhöht.

Bei jungen Leuten unterschiedlicher Nationalitäten ist Hip Hop sehr beliebt und hilft ihnen bei der Identitätsfindung. Capoeira hingegen ist weniger bekannt und hat den Ursprung im Widerstand, in der Auflehnung gegen die Sklaverei und im Streben nach Unabhängigkeit. Spielerische, akrobatische und kämpferische Bewegungen begleitet durch Musik sind charakteristische Merkmale der Capoeira. Mit Capoeira macht es Spass, Themen anzugehen.

Zusammenleben

Nähe Rollenbilder Lust
Gefühle
Beziehung Gruppendruck
Überforderung
Identität
Lernen fürs Leben

Als Bewegungsschaffende, Sozialarbeitende und pädagogisch tätige Menschen ist den Workshopleitenden wichtig, mit ihrer Aufgabe eine positive Erfahrung zu ermöglichen und den Selbstwert sowie das allgemeine Wohlbefinden positiv zu beeinflussen.

Ziele und Inhalte des Angebots

Jugendliche und junge Erwachsene gewinnen Kompetenzen im Umgang mit Rollen und Widerstand und im Reflektieren ihrer aktuellen Situation.

Grenzen ethisch
Hoffnung existenziell Stress
Drogen Angst
Freizeit wut
Distanz
Belästigung flirten Mobbing
Ausgrenzung
Leistung
Intimsphäre Religion
Lebensfreude Hass
glauben
Unterstützung Verunsicherung WhatsApp
Grenzüberschreitung Verantwortung Selbstwert

Kontakt

Christoph Kipfer

Beauftragter Jugend, junge Erwachsene und Generationen
der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn

Altenbergstrasse 66, Postfach 511, 3000 Bern 25

Telefon 031 340 24 24 / 031 340 25 08

christoph.kipfer@refbejuso.ch



Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn
Eglises réformées
Berne-Jura-Soleure