



Soziales Lernen: Hygge & Regelakzeptanz

Eine Klassenfahrt ins Rheinland bedeutet Spaß und soziales Lernen!

Das dänische Wort "[Hyg jer](#)" bedeutet "Viel Spaß". Aber keine Sorge, ihr müsst nicht bis nach Dänemark fahren, um Hyg jer zu erleben. Es reicht, wenn ihr in die [Jugendherberge Brüggen](#) kommt. Das Programm unseres Kooperationspartners "[Die Kulturschleiferei](#)" richtet sich an die 5. Klassen. Es geht darum, aus der neu zusammengekommenen Klasse eine Gemeinschaft zu formen.

„So fokussieren wir bei diesem Programm mit Wohlfühl-Atmosphäre das Kennenlernen der Mitschüler*innen, aber auch der eigenen Stärken und Schwächen. Wir gestalten gemeinsam eine Basis des Vertrauens“, erklärt [Sylvia Bonn](#) von „[die Kulturschleiferei](#)“.

Und: „Die Schüler*innen finden eigene ‚Regeln und Rituale‘, die als Tools im Unterrichtsalltag angewendet werden können. Ein Sozialtraining mit der bunten Mischung aus Elementen der Erlebnispädagogik, Achtsamkeitsübungen und dem besonderen Hygge Modul.“ Es geht also auch gemütlich zu - „Hygge“ eben. Für Schüler*innen der 7. bis 13. Klasse eignet sich besonders das Programm "[Rock the Rules](#)" in der [Jugendherberge Bad Honnef](#). In diesem Programm geht es darum eine positive Einstellung zu Regeln zu entwickeln. Denn Regeln werden von vielen als negativ und als einschränkend wahrgenommen. In "Rock the rules" erleben die Teilnehmenden, dass Regeln einen verlässlichen Rahmen bieten, vor negativen Konsequenzen im Miteinander schützen und das Erreichen von persönlichen Zielen unterstützen können. Mit interaktiven Übungen erfahrt ihr, wie Regeln dazu beitragen gemeinsame Ziele besser und nachhaltiger zu erreichen. In kleinen Teamaufgaben erlebt die Gruppe die Bedeutung von (un-)ausgesprochenen Regeln und deren Herausforderungen. Darüber hinaus entwickelt die Klasse in verschiedenen Teams eigene Spielideen. Diese müssen anschließend den anderen Gruppen erklärt werden. Das Geschehene wird gemeinsam reflektiert. Die eingeführten Regeln und der Umgang mit Regelverstößen werden gemeinsam aufgearbeitet. Das Programm wird von „[Skills4Life](#)“ betreut, die sich auf

Themen wie Mobbing, Team- und Kommunikationstraining spezialisiert haben. Spricht euch eines der beiden Programme an? Das Service Team der Jugendherbergen im Rheinland unterstützt euch gerne bei der Planung der nächsten Klassenfahrt. Ruft uns an unter **Tel. 0211-3026 3026** oder schreibt einfach eine **E-Mail an service@djh-rheinland.de**. Oder ihr nutzt unsere Seite jh-klassenfahrten.de. Hier könnt ihr euch alle Angebote ansehen, direkt bei der Jugendherberge anfragen oder unseren virtuellen [Klassenfahrtenassistenten Jugi](#) nutzen. Probiert es aus!