

Transformative Maßnahmen für den Future Pact von ERGOSOMA® International

Konkrete nachhaltige transformative Maßnahmen für den Future Pact von ERGOSOMA® International setzen bei der Mental Health- und Peace-Education in der Früherziehung von Kindern und Jugendlichen an.

Außerdem wird Mental Health- und Peace-Education als Fortbildung für Multiplikatoren in internationalen Organisationen, in der Sozialhilfe, im Gesundheitswesen, im Erziehungswesen und in privaten Unternehmen angeboten, um den Transformationsprozess zu fördern mit dem Fokus: Hilfe für die Helfer!

Governance Ziele und Internationale Partnerschaften:

1. Förderung der Mental Health- und Peace-Education-Angebote durch Bildungsministerien, Ökologische- und Public Health Einrichtungen als Grundlage für einen schnellen und nachhaltigen Wandel.
2. Internationale Partnerschaften:
In Konfliktgebieten, in ehemaligen Kriegsgebieten werden Versöhnungs-Techniken von einer Vielzahl von Friedensstiftern lokal überall in der Welt erfolgreich umgesetzt. Internationale Partnerschaften ermöglichen Wissens-Transfer und Kooperation, um die regionalen Erkenntnisse und Erfahrungen mit Versöhnungs-Praktiken und innovativer Friedenserziehung zu teilen und anzuwenden.

Das generationenübergreifende Ziel ist es, Mental Health- und Peace-Education im Bildungswesen als festen Bestandteil der Curricula von Schulen und Universitäten einzuführen.

Bildungsministerien, Ökologische- und Public Health Einrichtungen sollen Mental Health- und Peace-Education als Governance-Maßnahme unterstützen.

Internationale Partnerschaften erlauben Wissenstransfer und Kooperation auch um lokale Techniken und Erkenntnisse aus der Versöhnungspraxis und in der Friedenserziehung auszutauschen und anzuwenden.

Wie schaffen wir eine Konsens- und Handlungsfähigkeit auf allen Ebenen, jetzt und in Zukunft?

Die zentrale Herausforderung für die internationale Gemeinschaft ist, dass wir dringend und sehr schnell eine konstruktive Handlungsfähigkeit brauchen, und die zukünftigen Menschen umso mehr, um kreative Lösungsvorschläge zu entwickeln, empathisch miteinander zu kommunizieren und um in Konflikten, lösungsorientiert zu bleiben. Das Erlernen und Anwenden von niedrigschwelligen neuen Skills und Micro-Habits für eine gesunde Selbstwahrnehmung, für Wege gesund mit sich selbst, anderen und unserer Umwelt zu interagieren unterstützt, dass wir nachhaltig am Erhalt der Erde und der Menschheit mitwirken. Es ist eine unverzichtbare Prävention.

Diesem Ziel dienen die konkreten Maßnahmen in Schulungen, Workshops und Projektarbeit auf der individuellen, auf institutioneller und Governance-Ebene. ERGOSOMA® International hat diese Best Practice bisher mit dem Fokus „Empowerment von Girls and Women“ erfolgreich umgesetzt und bei der CSW vorgestellt.

Was können wir tun, um Konsens- und transformative Handlungsfähigkeit zu steigern?

Zunächst können wir die empathische Wahrnehmung trainieren, mit der wir uns selbst, unseren Körper, unseren Geist und unsere Gefühle feiner wahrnehmen. Dies hat einen außerordentlichen Effekt auf unsere Resilienz und unsere mentale Gesundheit und sollte bereits als festes Curriculum im frühkindlichen Alter geübt und erlernt werden.

Ein ausgewogener Körper und Geist führen zu einem klaren, respektvollen und friedlichen Verhalten. Es führt zu einer klaren Selbstwahrnehmung und in der Kontaktaufnahme wie im Dialog zu einem respektvollen Miteinander mit dem anderen.

Dies kann leicht trainiert werden und sollte vor allem in Workshops für HelferInnen aus allen Bereichen, ErzieherInnen, Menschen aller Berufe und von Multiplikatoren wie NGOs und UN-NGOs.

Transformative Maßnahmen von ERGOSOMA® International

Ein Programm zur Verbesserung der Empathiefähigkeit, dem Erlernen von Achtsamkeits- und Wahrnehmungsverfeinerung mit Körper-, Kommunikations- und Wahrnehmungsübungen. Mental Health, Empathie und Resilienz als der Boden für Versöhnungs- und Friedensprozesse werden so werden so frühzeitig erlernt. Skills und Micro-Habits helfen durch Konflikte und Spannungen zu navigieren und kreativ eine neue Zukunft gestalten zu können. Außerdem wird trainiert, wie wir unsere Gemeinschaft, unsere Familien, unsere Gesellschaft, unsere Welt und die Natur als ein „wir“ empfinden. Die bewusste Wahrnehmung der Kräfte der Natur ist wichtig für die eigene Gesundheit und eine Kraftquelle für die ganze Menschheit. Und sie ist ein aktiver Schritt für den Schutz der Natur!

1. Der „Koffer“ für Kindergarten- und Schulprojekte. In einem eintägigen Workshop lernen die ErzieherInnen und LehrerInnen, wie das Empathietraining mit den Koffern funktioniert. Danach können sie selbstständig mit den Koffern in einem 3-Wochen-Programm je 20 Minuten täglich mit den Kindern und Jugendlichen arbeiten. Sie erhalten Online-Support.
2. „Koffer“ für Helfer, Pädagogen, Menschen aller Berufsgruppen, Multiplikatoren von NGOs und UN-NGOs. In einem eintägigen Workshop erhalten die Helferteams Unterstützung durch Kompetenz- und Ressourcentraining, um ihre friedensfördernden Aktivitäten unter belastenden Umständen zu fördern und aufrechtzuerhalten. Danach können sie selbstständig in ihren Teams mit den Koffern als 3-Wochen-Programm mit 20 Minuten täglicher Übung arbeiten und erhalten Online-Support.

Die „Koffer“ von ERGOSOMA® International sind ein Angebot, das weltweit umgesetzt werden soll. Die Versöhnungstechniken und Friedenspraktiken der lokalen FriedensstifterInnen sollen Teil des „Suitcase“-Programms sein.

Unser Know-how im Umgang mit Trauma und Friedensarbeit wird so erweitert und für die Öffentlichkeit und den internationalen Dialog bereitgestellt. Wir können in der Friedens- und Versöhnungspädagogik voneinander lernen. Wir halten es deshalb für wichtig, international partnerschaftlich zusammenzuarbeiten und Know-how zu teilen.

So kann es uns für unsere zukünftigen Aufgaben und Handlungsziele gelingen die Würde des Menschen und die Achtung vor der Natur immer mehr zu erheben und gemeinsam kreativ, effektiv und lösungsorientiert vorzugehen!