

BACHELOR OF Being

Ein fünfmonatiges Orientierungssemester für junge Erwachsene mit Leben in Gemeinschaft

bewusst | nachhaltig | experimentell

In Trägerschaft der Orientierungszeiten gGmbH, Kassel
Jeden Winter von Oktober bis März

Was ist der Bachelor of Being?

Der Bachelor of Being ist ein innovatives integrales Orientierungssemester. 25 junge Erwachsene leben für fünf Monate als Gemeinschaft zusammen, um sich persönlich weiterzuentwickeln und sich den großen Fragen des Lebens zu widmen. Die Atmosphäre ist potentialorientiert und frei von Leistungsdruck. Zahlreiche thematische Impulse, praktische Aktivitäten und Experimente sowie Meditation und Reflexionsräume helfen den Teilnehmenden, Klarheit und Motivation für die eigene Lebens- und Berufsweggestaltung zu gewinnen. Weitere Ziele sind psychische Resilienz und Lebensfreude sowie Kompetenzen für eine sozialökologische Transformation.

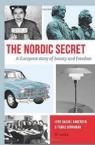
Wer ist die Zielgruppe?

Der Bachelor of Being richtet sich an alle 18- bis 25-jährigen, unabhängig von Herkunft und Vorbildung. Teilnehmende sind junge Menschen im Übergang, beispielsweise nach Schul- oder Ausbildungsabbruch, nach dem Abitur, bei Studienzweifeln oder nach einem ersten Berufs- oder Studienabschluss. Viele von ihnen bewegt die Frage, wie sie inneren Halt finden und wo ihr Platz im Leben ist inmitten einer Welt, die zunehmend von Krisen erschüttert wird und in der traditionelle Narrative nicht mehr tragen.



Vorbild Skandinavien

Der Bachelor of Being wurde von den „Folkehøjskolen“ in Skandinavien inspiriert. Diese reformpädagogischen Internatsschulen sind dort seit 150 Jahren etablierter Bestandteil des Bildungssystems. Die mehrmonatigen Kurse werden jährlich von rund 10% aller Schulabgänger*innen besucht. Die Wirkung auf die Reife der Demokratie und den hohen Glücksindex ist vielfach belegt (z.B. Andersen/Björkman 2017: Das skandinavische Geheimnis).



Ein zeitgemäßes Orientierungsprogramm

Der Bachelor of Being versteht sich als eine innovative Weiterentwicklung:

- Er ist philosophisch ausgerichtet und bindet transreligiöse spirituelle Erfahrungen ein.
- Er ist stark selbsterfahrungsorientiert und verwendet Elemente aus Gestalt-, Körper- und systemischer Therapie.
- Er bietet große Freiräume für selbstbestimmtes Lernen und selbstorganisierte Projekte.
- Er übt einen nachhaltigen Lebensstil ein und motiviert zu politischer Einmischung und Engagement.

Wie werde ich glücklich in einer Welt, die brennt?



Curriculum

Modul 1	ICH MIT MIR SELBST Biografie und Prägungen – Wo komme ich her? Identität – Wer bin ich (alles)? Emotionale Kompetenz – Wie gehe ich mit mir um? Tod und Vergänglichkeit – Was ist am Ende?
Modul 2	ICH IM KONTAKT Kommunikation – Wie gelingen Beziehungen? Selbstbehauptung, Grenzen und Konflikte – Was, wenn's knirscht? Liebe, Sex und Partnerschaft – Wie will ich lieben?
Modul 3	WIR IN DER WELT Gesellschaftliche Prägungen – Wir wurden wir, die wir sind? Perspektiven und Narrative – Was ist wirklich? Krisen und Herausforderungen – Wo brennt's?
Modul 4	WIR ALS GESTALTER Die Welt gestalten – Was können wir tun? Und was ist? Projektmanagement – Wie gelingen Projekte und Teamwork? Umsetzung eines Engagement-Projekts – Tun!
Modul 5	ICH UND MEIN WEG Berufs- und Zukunftsplanung – Welcher Berufsweg passt zu mir? Lebenspraxis und Geld – Was kostet das Leben? Motivation und Selbstmanagement – Wie krieg ich's wirklich hin? Solo-Nacht im Wald – Wer bin ich jetzt? Wie will ich leben?
Modul 6	GEMEINSCHAFT UND LEBENSFREUDE Künstlerische Aktivitäten (z.B. Impro-Theater und Schmuckgestaltung) Sportliche Aktivitäten (z.B. Joggen, Eisbaden, Tanzen, Boxen) Selbstorganisierte Ausflüge, Peer-Teaching und My-World-Vorträge Mitarbeit auf dem Hof (Ökol. Landwirtschaft, Bäckerei, Hühner, Wald) Hauswirtschaftliche Tätigkeiten (z.B. Putzen, Lebensmittelkauf und Kochen)
Modul 7	MEDITATION UND REFLEXION Tägliche Morgenmeditation Regelmäßige Einzelcoachings Emotionale Sharings und Reflexion der Gruppenprozesse

Die Module 1 bis 5 umfassen jeweils drei Kurswochen. Die Module 6 bis 7 finden fortlaufend statt.

Veranstaltungsort: Gut Kragenhof, in einer Fuldaschleife bei Kassel

www.bachelor-of-being.de

