

ERLEBNISRAUM exklusiv - Konflikt- und Selbstwerttraining für Mädchen* ab 9 Jahren

ERLEBNISRÄUME exklusiv richtet sich an Mädchen*, die eine Selbstwertproblematik, Ausgrenzungserfahrung und/oder eine geringe Kommunikations- und Konfliktfähigkeit aufweisen.

Dieses Einzeltraining mit ergänzendem Gruppenangebot ermöglicht den Mädchen* neue positive Erfahrungen zu machen und die eigenen Fähigkeiten und Talente zu stärken. Die Teilnahme an einem ergänzenden Gruppenangebot ist eine gute Möglichkeit, sich selbst und andere besser zu verstehen. Die sozialen Kompetenzen werden gestärkt. Das gelingt insbesondere bei spielerischen und kreativen Aktivitäten. Ziel ist es, dass die Mädchen* ihr Selbstbewusstsein stärken, sich abgrenzen lernen und mit Konflikten gut umgehen können.

Im Einzelsetting können Themen unter vier Augen in einem vertrauensvollen Rahmen besprochen und eine „exklusive“ Zeit mit der Trainerin gestaltet werden.

Begleitend gibt es ein Beratungsangebot für Eltern/Sorgeberechtigte.

Methoden und Inhalte

PINK Training® bedeutet Persönlichkeitsstärkendes INtegratives Konflikttraining. Grundlage unserer Arbeit ist das von uns entwickelte PINK Training® – ein ganzheitliches, traumapädagogisches Konzept zur Stärkung des Selbstwerts und der Konfliktfähigkeit. Das PINK Training® basiert auf einer gendersensiblen, traumapädagogischen Grundhaltung mit ressourcenaktivierenden und kreativen Elementen. Ziel ist die Stabilisierung und Selbstwertstärkung der jungen Menschen, sowie ein Transfer von konstruktiven Konfliktlösungsmodellen in den Alltag.

Inhalte des Trainings

- Selbstwertstärkung
- Entdecken und stärken eigener Talente und Fähigkeiten
- Stabilisierung (Unterstützung) bei belastenden Erfahrungen
- Erarbeitung von konstruktiven Konfliktlösungsmodellen (hilfreichen Ideen mit Stress/ Streit umzugehen)
- Training von Selbst- und Fremdwahrnehmung (wie fühle ich mich und wie wirke ich auf andere)
- Spielerische Förderung der Gruppenfähigkeit
- Kreative und künstlerische Angebote
- Psychoedukation (sich selbst und andere besser verstehen lernen)
- Stressregulation (entspannen lernen)
- Reflektion und Perspektiventwicklung (nachdenken über das, was war und wie es in Zukunft sein soll)

*) junge Menschen, die sich dem weiblichen Geschlecht zuordnen oder sich eher in einer Mädchengruppe gut aufgehoben fühlen

Zielgruppe

Für Mädchen* ab 9 Jahren, mit einer Selbstwertthematik, Schwierigkeiten im Umgang mit Konflikten und/oder Ausgrenzungserfahrungen.

Elternarbeit

Ein Elterngruppentraining oder Einzelberatungen werden für Eltern/Sorgeberechtigte angeboten.

Teilnahmebedingungen

Die Gruppenteilnahme erfolgt nach dem Aufnahmegespräch freiwillig.

Rahmen

Ort	PINK Lindenstr. 5, 20099 Hamburg
Einzeltraining	wöchentlich
Gruppentraining	Montags 16:00 - 18:00 Uhr 14-tägig
Elternberatung	nach Absprache
Dauer	nach Absprache

Finanzierung

ERLEBNISRÄUME exclusiv – Konflikt- und Selbstwerttraining für Mädchen* ist eine Hilfe zur Erziehung nach §§ 27/30 SGB VIII und wird vom zuständigen Jugendamt finanziert.

Anmeldung

Das zuständige Jugendamt und/oder die empfehlende Institution setzen sich mit PINK Beratung & Training in Verbindung. Bei Bewilligung der Maßnahme durch das Jugendamt findet in unseren Räumen ein Aufnahmegespräch statt.

Kontakt

PINK Beratung & Training gGmbH
Lange Reihe 105, 20099 Hamburg
Tel: 040 419 243 32
Fax: 040 235 190 62
info@pink-training.de
www.pink-training.de