

ERLEBNISRÄUME - Konflikt- und Selbstwerttraining Soziale Gruppenarbeit für Mädchen* ab 12 Jahren

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

In der Gruppe können neue positive Erfahrungen gemacht und die eigenen Fähigkeiten und Talente gestärkt werden. Die Teilnahme an einer Gruppe ist eine gute Möglichkeit, sich selbst und andere besser zu verstehen. Das gelingt insbesondere bei spielerischen und kreativen Aktivitäten. Ziel ist es, dass alle Mädchen* ihr Selbstbewusstsein stärken, sich abgrenzen lernen und mit Konflikten gut umgehen können.

Da einige Themen besser unter vier Augen besprochen werden können, bieten wir zudem regelmäßige Einzelgespräche an.

Begleitend gibt es ein Beratungsangebot für Eltern/Sorgeberechtigte.

Methoden und Inhalte

PINK Training®- **P**ersönlichkeitsstärkendes **I**Ntegratives **K**onflikttraining ist eine von uns entwickelte Methode für junge Menschen, die eine Selbstwertproblematik aufweisen und/oder Schwierigkeiten mit Konflikten haben. Das PINK Training® basiert auf einer geschlechtersensiblen, 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 Gruppentrainings

- Selbstwertstärkung
- Entdecken und Einbringen 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 12 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
Gruppentraining	Mittwochs 15:00 - 18:00 Uhr
Einzeltraining	14-tägig im offenen Gruppenangebot u. nach Absprache
Elternberatung	nach Absprache
Dauer	nach Absprache
Beginn Gruppe	laufendes Gruppenangebot
Gruppengröße	i.d.R. 6 Mädchen*

Finanzierung

ERLEBNISRÄUME – Konflikt- und Selbstwerttraining für Mädchen* ist eine Hilfe zur Erziehung nach §§ 27/29 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.

Projektdurchführung**Sonja Korselt**

Dipl. Kulturpädagogin
Psychodramaleiterin

Jana Zander

Kunst, Musik u. Medien (BA)
Kindheitspädagogin (BA)

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