

Das bieten wir an:

- Wertschätzender Umgang miteinander
- Denkanstöße und Möglichkeiten zur Verhaltensänderung
- Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl mit dem Ziel die Selbstwirksamkeit zu maximieren
- Förderung und Entwicklung vorhandener Kompetenzen
- Möglichkeiten für neue Perspektiven

In diesem Trainingskurs Aufwind werden die Teilnehmenden für ihren Alltag gestärkt.



Das Team soziale Trainingskurse

Alle Mitarbeitenden haben eine Ausbildung im pädagogischen Bereich mit mehrjähriger Berufserfahrung. Zusätzlich verfügen alle Mitarbeitenden über Qualifikationen aus den Bereichen Konfliktmanagement / Gewaltprävention und / oder Umgang mit Mobbing.

Stiftung Juvente Mainz

Die Stiftung Juvente Mainz ist einer der großen, freien Jugendhilfeträger in Mainz und Umgebung. Wir bieten den Menschen, die unsere Unterstützung benötigen, professionelle Kooperation, Beratung und Anleitung.

Unsere Angebote verstehen sich als lebensweltbezogene Hilfe in spezifischen Lebenslagen.



Aufwind

Anmeldungen: André Zeisler
Neubrunnenstraße 21
55116 Mainz
Fon 0 61 31 - 2 19 38 24
Fax 0 61 31 - 22 64 27
stk@stiftung-juvente.de
www.stiftung-juvente.de



Aufwind

Für Kinder und Jugendliche

Wer bin ich?
Was kann ich?
Wer will ich sein?
Wo will ich hin?

An wen richtet sich das Angebot?

Aufwind richtet sich an Kinder und Jugendliche, die ein geringes oder negatives Selbstbild verinnerlicht haben.

Diese jungen Menschen leiden – unter Anderem – häufig unter Mobbing- bzw. Ausgrenzungserfahrungen.

Erkennbare Merkmale können sein:

- Schulangst bzw. Schulverweigerung
- Verschlechterung der schulischen Leistungen
- Unsicheres Auftreten / unsichere Körpersprache
- Defizitäres Selbstbild
- Wenig bis gar kein Selbstvertrauen
- Psychosomatische Störungen
- Erhöhtes Misstrauen gegenüber Gleichaltrigen

Wir möchten die Teilnehmenden des Aufwind-Kurses darin bestärken, ihre bereits vorhandenen, aber momentan verdeckten Ressourcen wieder zu entdecken.



Wer bin ich?
Was kann ich?
Wer will ich sein?
Wo will ich hin?



Struktur des Aufwind-Kurses:

Bei einer Gruppengröße von maximal 10 Teilnehmenden umfasst das Training in der Regel 20 Sitzungen. Die Sitzungen finden wöchentlich 3-stündig über einen Zeitraum von ca. 4 Monaten statt. Eine Übernachtung am Wochenende gehört ebenfalls dazu.

Die wichtigsten Elemente des Aufwind-Kurses sind:

- Förderung und Weiterentwicklung vorhandener Ressourcen
- Entwicklung und Steigerung des Selbstwertes
- Erweiterungen der Kommunikations- und Konfliktkompetenz
- Stärkung von Ausstrahlung / Körpersprache
- Umgang mit den eigenen Gefühlen
- Erarbeitung von Lösungsideen im Umgang mit Mobbing
- Elternarbeit / -beratung
- Tiergestützte Pädagogik
- Erkennen / Nutzen der eigenen Körperenergie
- Mobbing-Interventionen in der Schule nach Bedarf