



Mut zur Veränderung

Unsere Trainings richten sich an Mädchen, die durch physisches und/oder verbal aggressives Verhalten z.B. durch Beleidigungen, Drohungen, Schikanieren, Schlägern oder Erpressen auffallen. Ziel ist die Verhaltensänderung in Richtung Abbau des gewalttätigen Handelns.

Durch das Training sollen die Mädchen ein prosoziales und gewaltfreies Verhalten erlernen und in die Praxis umsetzen können. Der Kurs beinhaltet Methoden aus dem Sozialkompetenztraining und dem Antiaggressivitäts- und Coolnesstraining. Die Trainings laufen über einen Zeitraum von ca. 6 Monaten.

Grundvoraussetzung ist die kontinuierliche und aktive Teilnahme am Kurs.

Unsere Ziele sind:

- Erlernen einer realistischen Selbsteinschätzung
- Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Aggressivität vor dem Hintergrund der Reflexion der eigenen Geschlechterrolle
- Erhöhung des Selbstbewusstseins und der eigenen Wertschätzung
- Verminderung gewaltverherrlichender Denkmuster
- Abbau von Feindbildern
- Verbesserung der Chancen an formalen Bildungsprozessen teilzunehmen
- Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten

Der Kurs ist prozessorientiert, daher variieren Themen und Methoden je nach Bedarf, Dynamik und Möglichkeit der Gruppe und der einzelnen Teilnehmerinnen.

Das Training ist modulartig aufgebaut, Themen sind:

- Kommunikation und Körpersprache
- Einfühlungsvermögen und Mitgefühl entwickeln
- Selbstbewusstsein/Selbstsicherheit
- Darstellen von geschlechtsspezifischen Formen von Gewalt
- Umgang mit Provokation
- Konfliktlösungsstrategien
- Konkurrenz unter Mädchen
- Auseinandersetzung mit eigener Gewalterfahrung
- Lebensplanung, Beruf und Zukunft, Freizeit
- Umgang mit Lob und Kritik

Wir verwenden ganzheitliche Methoden, wie spielerische Elemente, Rollenspiele, Videoarbeit, Entspannungstechniken, theoretische Inputs und Diskussion, erlebnispädagogische Einheiten, Elemente aus dem AAT und Coolnesstraining und Gestaltungstechniken.



Rahmenbedingungen:

- **Zielgruppe:** Einzelne Mädchen und junge Frauen von 12 - 21 Jahren
- **Teilnehmerinnenzahl:** 5 bis 10 Teilnehmerinnen
- **Auftraggeber:** Vermittelnde Einrichtungen, Schulen, AEH-Träger, Jugendamt und andere soziale Einrichtungen
- **Zeitrahmen:** Einmal pro Woche, 3 Stunden über einen Zeitraum von ca. 6 Monaten.
Die Trainings finden nachmittags statt. Teile des Trainings bestehen aus erlebnispädagogischen und theaterpädagogischen Maßnahmen, die den Zeitrahmen von 3 Stunden übersteigen können.
- **Durchführung:** Trainings werden von zwei Diplom Sozialpädagoginnen angeleitet. Beide Mitarbeiterinnen haben eine AAT[®] (Anti-Aggressivitäts-Training) oder eine AGT/KRT (Anti-Gewalt/ Konfrontatives Ressourcentraining) Ausbildung. Eine Mitarbeiterin hat eine erlebnispädagogische Zusatzausbildung.
- **Ort:** Der Kurs findet in den Räumen von IMMA e. V. statt, erlebnispädagogische Maßnahmen auch außerhalb.
- **Vor-/Nachgespräche:** Vor, während und nach dem gesamten Training finden Gespräche mit dem Auftraggeber statt.
- **Einzelgespräche:** Es finden Einzelgespräche mit den teilnehmenden Mädchen statt.
- **Teilnahmebedingungen:** Voraussetzung zur Kursteilnahme ist ein Interview mit den einzelnen Mädchen. In diesem wird auch die schriftliche Vereinbarung über die Teilnahme und die Entbindung von der Schweigepflicht gegenüber der AuftraggeberIn vereinbart. Wir behalten uns vor, einzelne Mädchen nicht am Training teilnehmen zu lassen.
- **Ausschlusskriterien:** Fehlende Motivation, manifeste Drogenabhängigkeit, akute psychiatrische Erkrankung.
- **Kosten:** 120,- Euro pro angemeldeter Teilnehmerin.
Die Kosten sind vor dem Workshop zu entrichten, eine Rückerstattung bei Nicht-Erscheinen oder frühzeitigem Abbruch ist nicht möglich.

Zora

Rufen sie uns an oder mailen sie uns:

Telefon: 089 / 238891-40 / 43

zora-gruppen@imma.de