

„In touch with me, Ja ich bin gut so wie ich bin“



Zielgruppe:

- 3-5 Kinder
- von 6 -12 Jahren
- Kinder/Jugendliche, die Schwierigkeiten haben im Alltag gesehen oder gehört zu werden (zB. Schulverweigerung, wenig soziale Kontakte, Unsicherheiten, Schulängste, psychosomatische Beschwerden)

Zeitrahmen:

- wöchentlich 90 Minuten zur selben Zeit
- 8 Treffen mit Kindern/Jugendlichen
- 2 Elterntreffen ohne Kinder (vor dem 1. und nach dem 8. Kindertreffen)

In den **2 Elterngesprächen** wird das Hauptaugenmerk auf **Ressourcenorientierung**, sowie **Lob und positiver Verstärkung** liegen, ebenso auf dem Aspekt der **Wahrnehmung** und der **Verantwortlichkeit dem Kind gegenüber als Elternteil**. (Führung; Unterstützung; Halt gebende Funktion)

Das **Ziel der Gruppe** wird eine spielerische und kreative **Bewusstseinsweiterung**, sowie das **Fokussieren auf die Problemlage** und der **Seelenbalsam** sein, der ihr Kind im Glauben an sich selbst und seinen besonderen Fähigkeiten stärkt.

Themen der 8 Einheiten:

- **1. Applaus, Applaus**

Kennenlernen, Einzigartigkeit entdecken

- **2. Mrs. /Mr. Unsichtbar**

Problem im Fokus - Wie kommt es dazu? Angst, Unsicherheit

- **3. Dem Stress auf der Spur**

Definition von Stress, Herausfiltern von Stressauslösern, Entspannung

- **4. Ein Blick unter meine ´Maske´**

Eigene Rolle und Fähigkeiten entdecken durch andere, Gefühle

- **5. Mobbing**

Definition, Präventionsarbeit, zuhören, wahrnehmen, verändern

- **6. Meine Familie, meine Freunde**

Helfersysteme sichtbar machen, Wer/was tut mir gut

- **7. Meine Grenzen**

Sich abgrenzen, Grenzen spürbar machen

- **8. Geschafft! Ich bin stolz auf mich.**

Abschied zelebrieren