

„Sei Du selbst - Verletzlich! Stark!“

Gruppenangebot für Mädchen im Alter von 12 - 15 Jahren



Im Teenageralter kommen Mädchen in entwicklungsbedingte Veränderungen, die es zu bewältigen gilt. Zusätzlich sorgen soziale Medien und Covid-19 für Veränderungen im sozialen Miteinander, die für Verunsicherung sorgen.

Neben viele Chancen und Möglichkeiten, die durch die Pubertät eröffnet werden, können auch Belastungen und Überforderungen mit dieser Entwicklungsphase einhergehen, die häufig mit psychischen Auffälligkeiten und Störungen verbunden ist.

Pubertät in dieser besonderen Zeit fordert Jugendliche und Eltern gleichermaßen. Denn um unabhängig und selbständig zu werden, müssen sich die Jugendlichen von den Eltern als wichtigste Bezugspersonen lösen.

Viele Mädchen reagieren in dieser sensiblen Umbruchzeit mit Verunsicherung, (auto-) aggressivem Verhalten und psychosomatischen Beschwerden.

Im Rahmen der Gruppenarbeit sollen die Mädchen einen Raum der Unterstützung, Selbsterfahrung und Entwicklung erleben, damit sie sich an eigenen Fähigkeiten, Ressourcen und individuellen Potentialen besser orientieren sowie die eigene Konfliktfähigkeit ausbauen können.

Ziel ist es, die Mädchen in ihrer individuellen Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen, sodass sie ihr Selbstbewusstsein stärken und ihre "eigene Heldin" wecken können.

Im Fokus des Gruppenangebots soll die Auseinandersetzung mit bestehenden und verinnerlichten Rollenbildern stehen.

Die Mädchengruppe findet **montags** nachmittags in den Räumen der Psychologischen Beratungsstelle, Dreikönigenstrasse 48, 47799 Krefeld statt.

Insgesamt sind 16 Treffen je 1,5 Stunden geplant.

Ansprechpartnerinnen sind Gunhild Weinmann (Dipl. Sozialpädagogin, systemische Therapeutin) und Flora Schaefer (Sozialarbeiterin, systemische Beraterin i.A.).

Wenn Sie weitere Informationen über das Projekt wünschen oder eine Jugendliche anmelden wollen, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns unter der Rufnummer 02151/ 36320-70 auf oder schicken Sie eine E-Mail an

eb-krefeld@diakonie-krefeld-viersen.de