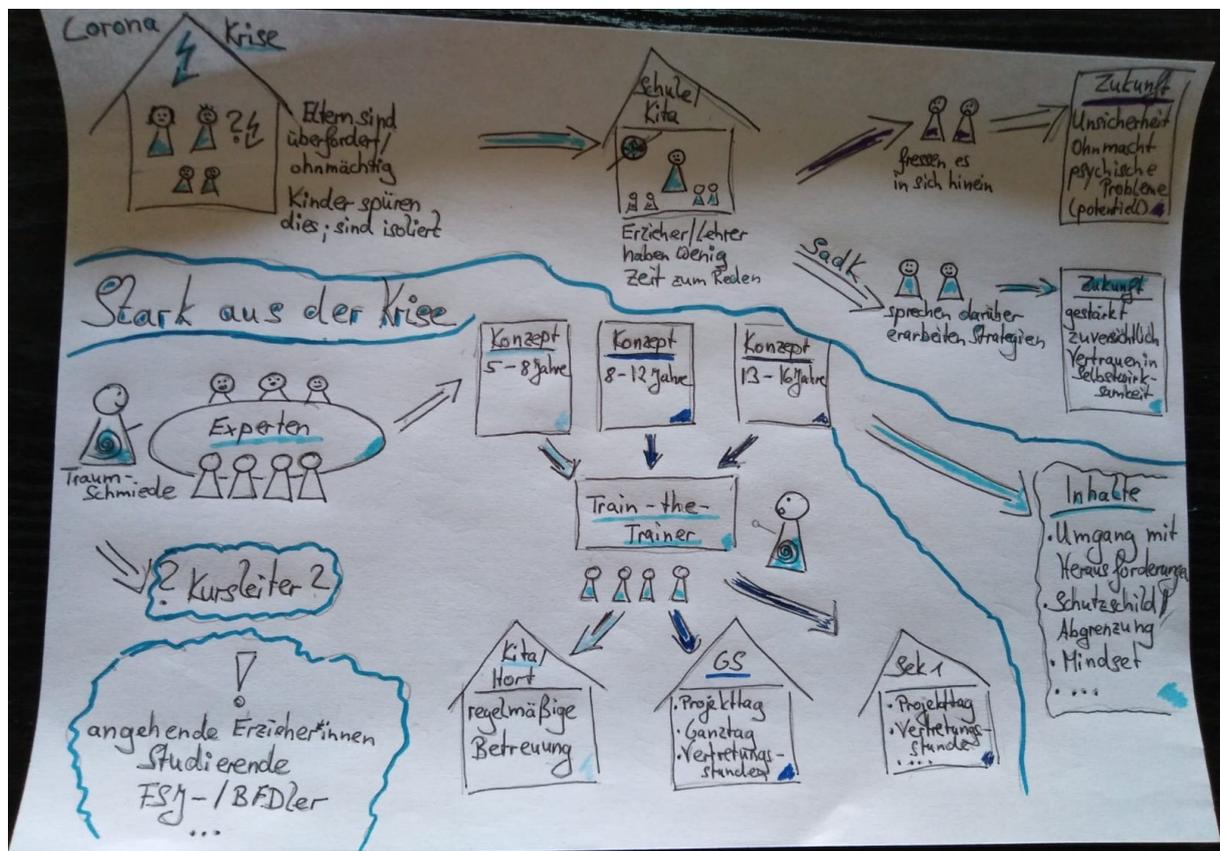


„Stark aus der Krise“

Kinder und Jugendliche brauchen Stabilität und Eltern, die ihnen als Vorbilder zeigen, wie man auf Herausforderungen im Leben reagiert. Die Situation in der Corona-Krise ist jedoch auch für die Eltern neu und sorgt in vielen Haushalten für Überforderung, Ohnmacht und Angst. Viele Eltern versuchen dies zu überspielen, doch die Kinder merken dies unbewusst – was zu einem noch stärkeren Gefühl der Haltlosigkeit und Unsicherheit beiträgt.



Mit **Stark aus der Krise** fangen wir die Kinder und Jugendlichen emotional auf und stärken sie langfristig für weitere Herausforderungen im Leben.



Ziele

Die Kinder und Jugendlichen:

- wissen, dass es den anderen Kindern und Jugendlichen ähnlich ergangen ist und dass es hilft, über schwierige Situationen zu reden (**Vertrauen**)
- kennen den eigenen Wert und wissen, was sie besonders macht (**Selbstwert** und **Selbst-Bewusstsein**)
- können unterscheiden, wann etwas in ihrem Handlungsbereich liegt (**Selbsterkenntnis**) und wann sie die Verantwortung abgeben dürfen (**Selbstschutz**)
- sind sich der Macht ihrer Gedanken bewusst und können so selbst entscheiden, ob sie sich von Meinungen und Äußerungen verletzen lassen (**Mindset**)
- wissen, wie sie sich in herausfordernden Situationen abgrenzen und selber stärken können (**Resilienz**)
- wissen, wie man Ziele so formuliert, dass sie motivierend und greifbar sind (**zuversichtliche Lebenseinstellung**)
- erkennen Stolpersteine im eigenen Leben an und können Strategien entwickeln, damit umzugehen (**Selbstwirksamkeit**) (Jugendliche)
- sind sich der Vielschichtigkeit ihrer Rollen im Leben und der Gefahr einer (selbstgewählten) Beschränkung durch die Zugehörigkeit zu einer Gruppe bewusst (**Identitätsbewusstsein**) (Jugendliche)

Ablauf

1. Den Kursleiter*innen wird in Train-the-Trainer-Schulungen beigebracht, wie sie die Programme in Einrichtungen und Schulen umsetzen können. Ein wichtiger Bestandteil dabei ist die eigenständige Beschäftigung mit den Inhalten. So lassen sie sich wirklich auf die Inhalte ein und können empathischer auf die Erzählungen und Gefühle der Kinder und Jugendlichen eingehen.
2. Die Kursleiter*innen



-
- führen einen Intensiv-Tag (6 UE) in ihrer Einrichtung durch (Einführung)
 - arbeiten regelmäßig mit den Kindern und Jugendlichen zur Vertiefung der Themen
3. Es finden regelmäßige Treffen statt zum Austausch (Status-Meeting) statt. Mitwirkende von der Traum-Schmiede stehen für Mentoring-Fragen zur Verfügung. Bei Bedarf wird darüber hinaus kompetente Supervision vermittelt.
 4. Die Materialien, die in den Programmen genutzt werden können, werden kontinuierlich erweitert und als Erklärvideos und Form von Webinaren bereitgestellt.



Die Traum-Schmiede

Alle Angebote von „Die Traum-Schmiede“ dienen einem Zweck: Gruppen oder einzelne Personen dabei zu unterstützen, ihr Potential zu erkennen und beim Verwirklichen ihrer Träume zu begleiten – durch die Entwicklung eines (sozialen) Projekts, einer neuen beruflichen Herausforderung, die Weitergabe des eigenen Wissens oder der eigenen Leidenschaften in Kursen oder Workshops und vieles mehr.

Viele unserer Angebote sind modular aufgebaut und greifen auf bewährte Methoden aus der systemischen Beratung, zur Stärkung von Selbstwirksamkeit und zur Selbstreflexion zurück. Diese haben wir in einem einzigartigen Ansatz mit Gamification-Elementen ergänzt, um dem Thema die häufig innewohnende Schwere zu nehmen.

Andrea Frankenbach



Verantwortlich für den Bereich
„Selbstwirksamkeit“

E-Mail: andrea@die-traum-schmiede.de

Mobil: 0151 708 55 497

Chantal Licht



Verantwortlich für den Bereich „Mindset“

E-Mail: chantal@die-traum-schmiede.de

Mobil: 0176 22857359