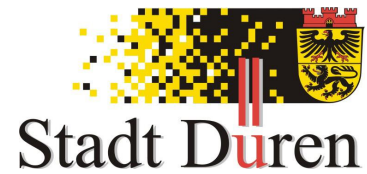




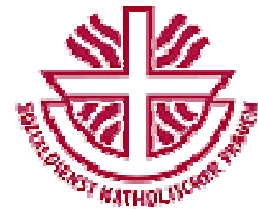
LOKALES KAPITAL  
FÜR SOZIALE  
ZWECKE



## Push Up !!! Soziale- Kompetenz-Trainingsgruppe für Mädchen und junge Frauen

### Kontaktinformationen:

Träger/in: Jugendhilfezentrum des SkF Düren  
Ansprechpartner/in: Markus Granrath  
Straße: Bonner Str. 11- 13  
PLZ + Ort: 52349 Düren  
Telefon: 02421/28430  
Fax: 02421/284310  
E- Mail: [info@ihz-dueren.de](mailto:info@ihz-dueren.de)  
Internet: [www.skf-dueren.de](http://www.skf-dueren.de)



## Zielgruppe:

Jugendliche Mädchen, v.a. Migrantinnen, im Alter von 14-18 Jahren, die aufgrund ihres Sozialverhaltens (Gruppenfähigkeit, Konfliktlösungsfähigkeit etc.) gefährdet sind, keinen erfolgreichen Schulabschluss zu erreichen.

jugendliche Mädchen, die schulmüde sind (keine, seltenen oder nur teilweise Anwesenheit in der Schule, die schulische Leistungen verweigern, bzw. Verweigerungstendenzen zeigen und deren erfolgreicher Schulabschluss daher gefährdet ist, bzw. denen daher Schlüsselqualifikationen für den Einstieg ins Berufsleben fehlen.

## Konzeption:

1. Kontaktaufnahme zu Schulen, Jugendheimen, Beratungs-Institutionen
2. Fall-Akquise, Info-Gespräche
3. Durchführung einer Gruppenphase mit 5-6 Mädchen mit 20 Treffen á 2,0 Std. innerhalb von 10 Wochen

Teilziel der Gruppenphase:

- Entwicklung von persönlichen Zielen und Zielerreichung
  - verbesserte Fremd- und Selbstwahrnehmung
  - Selbstkontrolle und Ausdauer
  - Umgang mit Gefühlen
  - Selbstsicherheit und stabiles Selbstbild
  - Einfühlungsvermögen
  - Umgang mit Lob, Kritik, Erfolg, Misserfolg
  - Verbesserung der Frustrationstoleranz
  - persönliche und berufliche Perspektivenplanung
4. Gruppenstunden sind inhaltlich strukturiert :
    - Begrüßung / Imbiß
    - themenzentrierte Einheit (Umsetzung der Teilzeile z.B. durch Interaktionsspiele, Rollenspiele, Übungen, Trainingsmöglichkeiten usw.)
    - erlebnisorientierte Einheit (freizeitpäd. Angebote zur Ressourcen-Erweiterung)
    - Feedback-Runde (Erhalt von Rückmeldungen zur Zielerreichung)
  5. Auswertung der Gruppenphase mit Teilnehmerinnen und Überweisern

gefördert durch:

