

My story - gemeinsam gestärkt nach vorne (blicken) Präventives Gruppenangebot



Everyone has a story - Jede:r hat eine ganz eigene Geschichte, mit all den Stärken („Sonnenseiten“) und auch den schwierigen Lebensereignissen („Stürmen“). Nach einem Sturm fühlt sich die Welt oft wie durchgeschüttelt an und es braucht Zeit zum Einordnen, Verstehen, Fühlen und dann gestärkt nach vorne Schauen und Weitergehen. Dazu gehört der Blick auf das, was war, genauso wie der Blick auf eure Sonnenseiten, die gepflegt und weiter gestärkt werden können. Und so manches gibt es vielleicht sogar ganz neu zu entdecken! Dabei möchten wir dich und andere Jugendliche unterstützen.

Ziel der Gruppe ist, in einem professionellen Rahmen gemeinsam mit anderen Jugendlichen emotionale und soziale Fertigkeiten aufzubauen, um eigene Stärken zu erkennen und zu festigen sowie mit erlebten Stürmen zurechtzukommen. Die Gruppe dient dabei einerseits als Übungsfeld, andererseits bietet sie einen geschützten Rahmen zum Austausch der eigenen Story.

Was haben wir vor? Ihr und eure Geschichten sollen einen Platz finden, genauso wie alles, was euch dabei hilft, euren Weg zu gehen. Dazu gehören zum Beispiel Themen wie Skills (Techniken, die dabei helfen, schwierige Situationen zu meistern), Grenzen setzen und Selbstfürsorge (sich gut um sich kümmern), Umgang mit dem, was war und den eigenen Gefühlen und anderes, was wichtig für euch ist.

Wer kann an der Gruppe teilnehmen? Jugendliche im Alter ab ca. 12 bis 18 Jahren, die durch die AETAS Kinderstiftung beraten wurden oder werden. Nicht teilnehmen können Jugendliche, die aktuell selbst- oder fremdgefährdend sind und/oder momentan eine intensivere therapeutische Unterstützung benötigen.

Teilnehmerzahl: Kleingruppe von 5 bis 7 Jugendlichen

Was kostet die Gruppenteilnahme? Unser präventives Gruppenangebot findet in Kooperation mit der AETAS Kinderstiftung statt. Die Kosten für die Gruppenstunden inkl. Bezugspersonentermine werden von der AETAS Kinderstiftung getragen.

Wann und wo findet die Gruppe statt? Das Gruppenprogramm umfasst 10 bis 12 Termine à 90 Minuten und findet an Donnerstagnachmittagen um 16:30 Uhr in der Lindwurmstraße 83 (in den Räumen des vfkv) statt. Der Start ist vorgesehen für Herbst/Winter 2022, der genaue Zeitpunkt wird noch bekannt gegeben. Begleitend sind 2-3 Bezugspersonengespräche vorgesehen (vor, ggf. während und am Ende des Gruppenangebotes). Die Vorgespräche finden im Oktober 2022 statt.

Anmeldung und Kontakt: Wenn du teilnehmen möchtest, ruf bitte gemeinsam mit einem Elternteil oder einer Bezugsperson Montag bis Donnerstag zwischen 10:00 und 12:00 Uhr unter der **Telefonnummer 089 - 45 24 166 50** an, um einen Termin zum Vorgespräch zu vereinbaren. Dann lernen wir uns kennen und schauen, ob eine Gruppenteilnahme zum jetzigen Zeitpunkt passend ist.

Bei inhaltlichen Fragen kontaktieren Sie gerne Frau Anja Eberle per E-Mail: eberle@vfkv.de.

vfkv – Ausbildungsinstitut München gGmbH
Lindwurmstr. 117 / 4. und 5. Stock
Gruppenräume in der Lindwurmstraße 83 / 3. Stock
80337 München



In Zusammenarbeit mit **AETAS Kinderstiftung**

