

RAINBOWS YOUTH-Workshops

Im Laufe ihres Lebens erfahren Jugendliche verschiedenste Verlusterlebnisse und Abschiede: Schulwechsel, Umzug, Verlust von Freundschaften, erster Liebeskummer, Trennung/Scheidung der Eltern, Migration oder den Tod eines nahestehenden Menschen. In der Phase des Übergangs zum Erwachsenwerden stellen solche Ereignisse

zusätzliche Stressfaktoren zu den spezifischen Veränderungen der Pubertät dar. Die Workshops regen zur Auseinandersetzung mit Lebensveränderungen, Verlusterlebnissen und Gefühlen, zur Reflexion des eigenen Familiensystems, zum Austausch über biographische Gemeinsamkeiten und Unterschiede sowie zur Erweiterung der eigenen Handlungsmöglichkeiten an.

Workshop 1: „Alles ICH!“

- Kennenlernen: Wer bist du – wer bin ich?
- Familie, Familienformen, Beziehungen: „Alles Familie“
- Ressourcen: Wer ist für mich da? Was bringe ich mit?
- Abschluss/Feedback

Workshop 2: Gemischte Gefühle: Von A bis Zorn

- Kennenlernen
- Gefühle
- Abschieds- und Verlusterfahrungen, Abschiedsrituale
- Ressourcen: Was stärkt mich?
- Abschluss/Feedback



Alter: 13 bis 17 Jahre

Gruppengröße: Mindestens 5 und maximal 14 Jugendliche pro WorkshopleiterIn. Ab einer Gruppengröße von 15 TeilnehmerInnen werden die Workshops von zwei GruppenleiterInnen geleitet bzw. die Gruppe wird geteilt.

Dauer: Die Workshops können einzeln oder in Kombination gebucht werden. Pro Workshop sind 4 Einheiten inklusive Pause vorgesehen. Die Dauer der einzelnen Module hängt von der Gewichtung der einzelnen Themen und den Bedürfnissen der jeweiligen Gruppe ab.

Ort: Die Workshops finden vor Ort in der Schule oder Jugendeinrichtung statt.

Kosten: 85.-/h (mal 4= 340.-) plus Fahrtkosten

RAINBOWS-Niederösterreich

Wein- und Industrieviertel: Tel. 0650/3244738 | noe-ost@rainbows-youth.at

Wald- und Mostviertel: Tel. 0650/6730827 | noe-west@rainbows-youth.at

www.rainbows.at