

Wer kann teilnehmen?

Die Gruppen richten sich an Kinder und Jugendliche unterschiedlichen Alters, so dass je nach aktuellem Bedarf Gruppen für jüngere oder ältere Schüler angeboten werden.

Wann finden die Treffen statt?

Die genauen Termine und Daten können unter www.ausdrucksstark.be abgerufen werden.

Wo finden die Treffen statt?

● **Michaela Goor**
Logopädin
Legasthenie- Dyskalkulietrainerin
Hauseter Straße 135 • B-4730 Hauset
Tel.: +32(0)87 / 30 13 89

● **Florence Steffens**
Psychologin
Psychotherapeutin
Bahnhofstraße 39 • B-4700 Eupen
Tel.: +32(0)477 / 92 65 71

F.V. Goor – Steffens • Bahnhofstraße 39 • B-4700 Eupen

info@ausdrucksstark.be



Warum bieten wir ein Gruppentraining an?

In individuellen Therapiestunden mit den Kindern und Jugendlichen haben wir die gemeinsamen Ziele nicht realitätsgetreu üben und umsetzen können. Die Kinder selbst haben uns schlussendlich auf die Idee gebracht, eine Gruppenanimation ins Leben zu rufen. Zudem konnten wir bereits bei verschiedenen Klasseninterventionen deutliche Erfolge verbuchen und positive Effekte beobachten, die in einer Einzelsituation mit einem Kind nicht möglich gewesen wären.

Wie läuft eine Sitzung ab?

Ansätze aus der Logopädie und der kognitiven Verhaltenstherapie sowie die Erfahrungen und Ideen der anderen Kinder und Jugendlichen sollen helfen, eigene Stärken und Kompetenzen zu entdecken und diese in den Vordergrund zu rücken. Schwächen sollen akzeptiert und nicht versteckt werden.

Über Rollenspiele, Audio- und Videoaufnahmen, konkrete Fallbeispiele sowie Aufzeigen verschiedener Erfahrungsberichte soll den Schülern geholfen werden, im Alltag besser zurechtzukommen und leichter Anschluss zu finden.

Die Gruppenstunden sind durch einen gleichbleibenden Ablauf gekennzeichnet:

- Vorstellungs- und Begrüßungsrunde mit Blickkontakt und Handschlag
- Gesprächskreis: Rückmeldung durch die Teilnehmer zu den Trainingsaufgaben und zum Verlauf der letzten Wochen
- Bewegungsspiele, Relaxationsübungen
- Schwerpunkt der Stunde
- Positives Feedback zur Sitzung

Was bieten wir an?

MUT zum SPRECHEN

Das Training bietet Hilfe für Kinder und Jugendliche, denen es schwer fällt, sich zu Wort zu melden, an der Tafel zu stehen, ein Gedicht vorzutragen oder einen Vortrag zu halten. In der Schule wagen sie es nicht, eine Antwort zu geben. Sie haben keinen richtigen Freundeskreis, fühlen sich einsam und würden doch so gerne dazugehören. Ein Ziel unserer Gruppe ist es folglich, die soziale Kompetenz des Kindes/Jugendlichen Schritt für Schritt zu verbessern.

Wichtige Bestandteile des Trainings:

- Vermittlung von verbalen/nonverbalen Kommunikationsregeln
- Abbau von (Sprech-)ängsten
- Stärkung des Selbstbewusstseins und der Aufbau des Selbstwertgefühles
- Wahrnehmen eigener und fremder Emotionen

SELBSTbewusst SEIN

Das Training richtet sich an Kinder und Jugendliche, die es nicht schaffen, sich angemessen zu behaupten oder verbal zu wehren. Das Mitteilen der eigenen Meinung fällt ihnen schwer und allzu oft schaffen es diese Kinder nicht, NEIN zu sagen.

In kleinen Gruppen soll die soziale Kompetenz der Schüler Schritt für Schritt verbessert und das Selbstbewusstsein gestärkt werden, um sie folglich gegen verschiedene Anfeindungen schützen.

Dieses Gruppenangebot eignet sich sowohl für Schüler, die eher als «Opfer» bezeichnet werden können, als auch für expansive Kinder, welche oftmals als «Sündenbock» dargestellt werden.

Wichtige Bestandteile des Trainings:

- Durchsetzung eigener Ansprüche, Erkennen der Ansprüche Anderer
- Aufzeigen unterschiedlicher Strategien angemessener Selbstbehauptung und Meinungsäußerung
- Gefühle korrekt verbalisieren
- Förderung von Empathie
- Umgang mit Kritik

Ein SATZ KLAR

«Wenn wir eine Klassenarbeit schreiben, weiß ich meistens schon von Anfang an, dass ich es doch nicht gut machen werde.»

«Vor Klassenarbeiten bin ich immer aufgeregt. Wenn dann geprüft wird, bekomme ich jedes Mal ein komisches Gefühl im Magen.»

«Wenn eine Klassenarbeit geschrieben wird, vergesse ich oft Dinge, die ich vorher gut gelernt habe.»

Wichtige Bestandteile des Trainings:

- Abbau angstauslösender Gedanken in der Leistungssituation
- Einüben von passenden Strategien
- Selbstorganisation beim Lernen
- Vermittlung eines effizienten und gezielten Lernverhaltens
- Aufbau einer lernförderlichen Atmosphäre, welche eine optimale Vorbereitung auf Klassenarbeiten oder Prüfungen ermöglicht

PÜFUNGS KATASTROPHEN ZEIT?

Im Vorfeld der Zwischen- und Endjahresprüfungen bieten wir zusätzlich eine spezielle Trainingsgruppe zur intensiven Vorbereitung auf die anstehende Prüfungszeit an. In fünf bis sechs Wochen soll sich der Schüler ein effizientes und gezieltes Lernverhalten aneignen.

Wichtige Bestandteile des Trainings:

- Förderung der Lernmotivation
- Selbstkontrolliertes Lernen
- Räumliche und zeitliche Organisation
- Anregung zu sozialem Austausch und Informationsbeschaffung

Aufgrund der geringen Sitzungsanzahl wird den Schülern ein Überblick zu den verschiedenen Lernaspekten vermittelt. Eine ausführliche Erarbeitung der angesprochenen Themen findet im Intensivkurs «Einsatzklar» statt.