

Wir suchen Dich!

Für die TrainerInnenausbildung suchen wir motivierte TeilnehmerInnen. Wenn Sie an der Teilnahme der TrainerInnenausbildung interessiert sind oder offene Fragen zu dem Projekt haben, laden wir Sie herzlich ein, sich mit uns in Verbindung zu setzen und das Bewerbungsformular anzufügen.

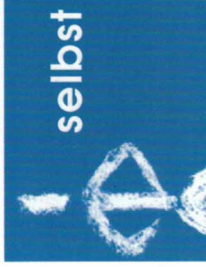
Ansprechpartnerin für das Projekt:



Jelle Stollenwerk

jelle.stollenwerk@selbstundsicher.de

040 - 87 50 28 64



selbst und sicher

Selbst und Sicher e.V. ist ein traumasensibler Kinder- und Jugendhilfeträger. Seit 2010 bieten wir ein breites Spektrum (trauma-) pädagogischer und therapeutischer Methoden an, die sich zur Stärkung des Selbstwertes und der inneren Sicherheit eignen. Durch jahrelange Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit (geflüchteten) Kindern und Jugendlichen, bietet der Träger eine große Erfahrungsvielfalt.

Standort Hummelsbüttel:

Am Hehse 38
22339 Hamburg

Standort Bramfeld:

Bramfelder Dorfplatz 1
22179 Hamburg

Standort Langenhorn:

Langenhorner Markt 9
22415 Hamburg

info@selbstundsicher.de

www.selbstundsicher.de



POWER
KIDS
WOMEN

TrainerInnenausbildung

Power Kids & Power Women

In **Power Kids**- und **Power Women**-Kursen werden emotional belastete Kinder, Jugendliche und Frauen stabilisiert, um einen herausfordernden Alltag leichter bewältigen zu können. Die TeilnehmerInnen werden darin gestärkt, auf ihre Ressourcen leichter zugreifen sowie eigene Bedürfnisse besser wahrnehmen und behaupten zu können.

Es werden Methoden zur emotionalen Selbstregulation sowie Möglichkeiten der Konfliktlösung, der Deeskalation und der Selbstbehauptung vermittelt. In den Kursen werden Frauen und Kinder mit und ohne Fluchterfahrung mit unterschiedlichen Belastungen gemeinsam stabilisiert.

Die Kurse bieten einen sicheren Raum für den Austausch von Erfahrungen und das Lernen miteinander.

Power Kids richtet sich an Jungen und Mädchen ab 8 Jahren mit und ohne Fluchterfahrung. Das Kursangebot wird an 12 Nachmittagen stattfinden.

Power Women richtet sich an Frauen mit und ohne Fluchterfahrung. Die **Power Women**-Kurse werden im Unterschied zu den **Power Kids**-Kursen kompakter angeboten, um dem Alltag der TeilnehmerInnen besser gerecht zu werden.

Ausbildung zum/zur Power Kids- & Power Women-TrainerIn

Für die **Power Kids**- und **Power Women**-Kurse bilden wir motivierte Frauen und Männer (vorzugsweise mit Migrationshintergrund) zu zertifizierten TrainerInnen aus. Für die Teilnahme an der Ausbildung sind sozialpädagogische Vorkenntnisse hilfreich, aber nicht notwendig.

Die Ausbildung besteht aus zwei Teilen, einem theoretischen und einem praktischen Teil:

Der theoretische Teil dauert ungefähr ein halbes Jahr. In dieser Zeit besuchen die angehenden TrainerInnen ca. fünf Seminareinheiten (à zwei Tage), in denen sie praxis- und ressourcenorientierte Methoden kennenlernen und trainieren. In dem praktischen Teil bieten die angehenden TrainerInnen zwei **Power Kids**- und/oder **Power Women**-Kurse an, die in der Ausbildungsgruppe supervidiert werden. Die Dauer dieses Teils kann variieren und ist mit dem Ende des zweiten Kurses abgeschlossen.

Mit dem Abschluss erhalten die AbsolventInnen ein Zertifikat und können anschließend selbstständig integrative **Power Kids**- und **Power Women**-Kurse anbieten.

Die Ausbildung ist für die TeilnehmerInnen kostenlos und findet in unseren Räumlichkeiten am Standort Hummelsbüttel (Am Hehsel 38) statt.

(Trauma-) Therapieanbindung

Wenn sich während der Kurse bei einzelnen TeilnehmerInnen die Notwendigkeit einer therapeutischen Unterstützung herausstellt, unterstützen wir bei der Suche nach einem Therapieplatz.

Geflüchtete Frauen und Kinder, die in einer Wohnunterkunft in Wandsbek leben, können aktuell durch unser Projekt **Traumaspreekstunde Wandsbek** therapeutisch versorgt werden

(weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite: www.selbstsicherer.de).

