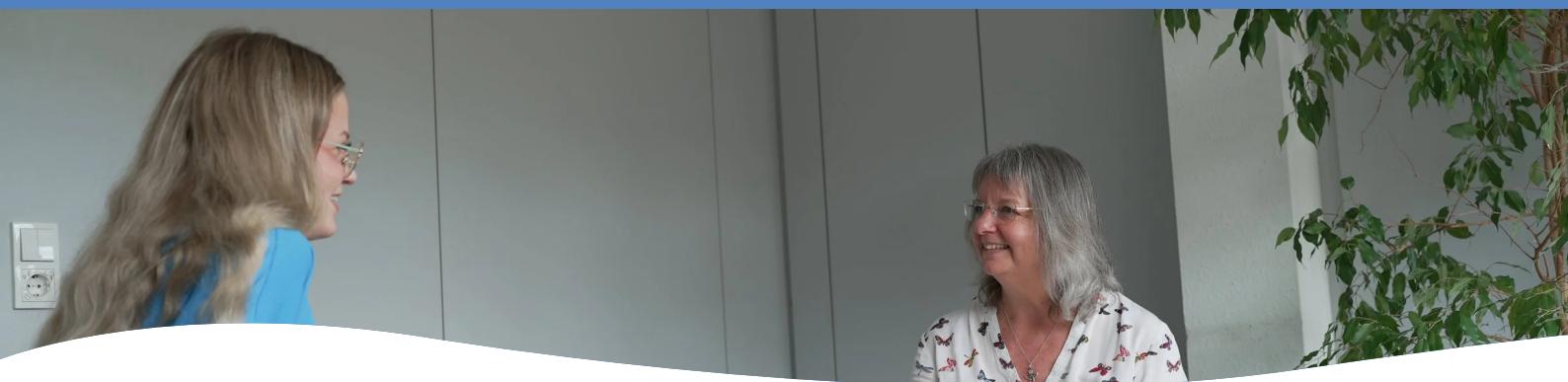




Workshopangebot

Starke Teams – starke Einrichtung



Resilienzförderung bei Jugendlichen

Stärke entsteht in Krisen

Warum dieser Workshop?

Jugendliche erleben heute vielfältige Belastungen – psychische Krisen, familiäre Konflikte, Leistungsdruck und gesellschaftliche Unsicherheiten. Gerade in der Jugendhilfe begegnen Fachkräfte jungen Menschen, deren Lebenswege von Instabilität, Zurückweisung oder Trauma geprägt sind. Hier setzt Resilienzförderung an: Sie hilft Jugendlichen, innere Stärke und Bewältigungskompetenzen zu entwickeln, um Krisen zu meistern und ihr Leben aktiv zu gestalten. Der Workshop zeigt praxisnah, wie Fachkräfte durch Haltung, Beziehungsgestaltung und gezielte Interventionen die Widerstandskraft von Jugendlichen stärken können – auch (und gerade) dann, wenn das Leben schwierig ist.

Inhalte des Workshops

- Grundlagen der Resilienz – was Jugendliche stark macht
- Schutz- und Risikofaktoren in der Entwicklung von Jugendlichen
- Resilienzfördernde Haltungen in der Jugendhilfe
- Bedeutung von Selbstwirksamkeit, Zugehörigkeit und Sinnorientierung
- Methoden und Übungen zur Förderung emotionaler Stabilität

Methodische Umsetzung

Fachlicher Input, Praxisbeispiele, Gruppenarbeit und Reflexionsübungen bilden die Grundlage des Workshops. Anhand konkreter Fallbeispiele entwickeln die Teilnehmer und Teilnehmerinnen alltagstaugliche Strategien, um Resilienz gezielt in ihre Arbeit zu integrieren. Ressourcenorientierte Übungen und kurze Selbsterfahrungsimpulse ermöglichen zudem, eigene Schutzfaktoren zu erkennen und zu stärken.

Zielgruppe

Pädagogische Fachkräfte in der Jugendhilfe, Schulsozialarbeit, Heimerziehung und weiteren sozialpädagogischen Arbeitsfeldern



Ihr Gewinn

- Stärkung der fachlichen Handlungskompetenz im Umgang mit Krisen und Belastung
- Nachhaltige Entlastung durch stärkere Selbstwirksamkeit bei Fachkräften
- Beitrag zur Qualitätsentwicklung und Gesundheitsförderung in der Einrichtung

Ziele

- Resilienzprozesse bei Jugendlichen verstehen und fördern
- Belastete Lebensverläufe ressourcenorientiert betrachten
- Alltagstaugliche Methoden zur Resilienzförderung einsetzen
- Eigene Haltung und Sprache im pädagogischen Alltag reflektieren

Organisatorisches

Ort: Gerne bei Ihnen vor Ort – als Inhouse Schulung oder in einer passenden Tagungsumgebung

Datum: Nach Absprache | **Uhrzeit:** 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen | **Preis:** 120€ p.P.

Meine Expertise

Katja Baldauf, Psychologin (B.Sc., im Masterstudiengang Psychologie mit dem Schwerpunkt Klinische Psychologie und psychologisches Empowerment)

- Fundiertes psychologisches Fachwissen mit einem tiefen Verständnis für die alltäglichen Herausforderungen pädagogischer Teams
- Langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendhilfe
- Mehrjährige Erfahrung mit jungen Menschen im Übergang Schule-Beruf
- Spezialisiert auf psychische Gesundheit, Beziehungsgestaltung und Selbstfürsorge im päd. Kontext.

„Resilienz bedeutet nicht, dass Stürme ausbleiben – sondern, dass man lernt, im Wind zu stehen.“

Referentin

Katja Baldauf

Staatl. anerk. Kinderpflegerin, staatl. anerk. Arbeitserzieherin und Psychologin (B.Sc.)



k.baldauf@270rundumblick.de



0711-340 39 162



www.270rundumblick.de