Lektion 1: Einführung Zusatzmaterialien

Herzlich Willkommen zum Gruppentraining „grown".
Schön, dass du bei „grown“ dabei bist!

Was ist das Ziel des Gruppentrainings?

Du bist plötzlich 18 Jahre alt. Alle bezeichnen dich als Erwachsenen und du wirst anders behandelt. Oder du wirst bald 18 Jahre und alle sagen zu dir: „Dann weht ein anderer Wind!“. Du musst plötzlich selbstständig sein und Verantwortung für dein eigenes Leben übernehmen. Das betrifft deine schulische Ausbildung, deine berufliche Ausbildung, deine Wohnung, deine Finanzen und viele andere Bereiche deines Lebens. Diese Situation ist für jeden Jugendlichen und jede Jugendliche herausfordernd.

Wenn du aber beispielsweise wegen einer biographischen Krise in die Kinder- und Jugendhilfe eingebunden warst, steht dir zusätzlich auch noch der Austritt aus der Kinder- und Jugendhilfe oder der Übergang in ein anderes Hilfesystem bevor. Das kann sehr belastend und anstrengend sein.

Das Gruppentraining soll jungen Menschen im Alter von 15 bis 27 Jahren während des Übergangs unterstützen oder auf diesen vorbereiten. Das Ziel der sieben Lektionen ist es, deine Selbstlenkungsfähigkeit und deine Problemlösefähigkeit zu stärken.

Warum gibt es Zusatzmaterialien?

In den Begleitaufgaben gibt es wie auch im Gruppentraining sieben Lektionen und können im Anschluss an die Stunden bearbeitet werden. So kannst du dein erlerntes Wissen aus den Treffen wiederholen und vertiefen. Hierzu wirst du immer wieder Videos oder Audios finden. Manchmal wird es Fragen geben, um Themen zu wiederholen oder Übungen zu reflektieren.

Es ist wichtig, dass du die angebotenen Begleitaufgaben regelmäßig durchführst. Dafür brauchst du pro Woche maximal 30 Minuten. Nimm dir hierfür bitte ausreichend Zeit und bearbeite die Lektionen in Ruhe!

Viel Spaß!

Die Zusatzmaterialien werden im Rahmen der Gruppenintervention „grown“ genutzt.
„grown“ entstand innerhalb des Projekts „Dazugehören BaWü“ der Uniklinik Ulm.