

Rahmenbedingungen

- Offenes Gruppenkonzept
- Ganzjährig, außer in den Ferienzeiten
- Gruppenangebot für Jugendliche im Alter von 14 bis 16 Jahren
- Maximale Gruppengröße: 8 Jugendliche
- Treffen: 1x wöchentlich für 90 Minuten
- Leitung: 2 Fachkräfte der Beratungsstelle
- Begleitende Einzel-, Eltern- oder Familientermine nach Bedarf

Die Teilnahme an den Gruppenstunden ist **kostenfrei**.

Datenschutz und Vertraulichkeit sind gewährleistet.



*Ein Vogel hat niemals Angst davor,
dass der Ast unter ihm brechen könnte.
Nicht weil er dem Ast vertraut,
sondern seinen eigenen Flügeln.
unbekannt*

Standorte und Erreichbarkeiten

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Die Beratungsstellen sind zu folgenden Zeiten erreichbar:
Mo-Fr: 8.30 bis 13.00 Uhr und 14.00 bis 16.30 Uhr

Geroldstr. 50

33098 Paderborn

☎ 05251 889-1020

✉ eb-paderborn@caritas-pb.de

Marstallstr. 5

33104 Paderborn-Schloß Neuhaus

☎ 05251 889-1040

✉ eb-neuhaus@caritas-pb.de

Bruchstraße 9

33142 Büren

☎ 05251 889-1060

✉ eb-bueren@caritas-pb.de

Träger:

Caritasverband Paderborn e.V.

Kilianstr. 26-28

33098 Paderborn

www.caritas-pb.de

caritas



Asuka

Gruppenangebot
für Jugendliche
in belasteten
Lebenssituationen

Stand: 2-2023

GEMEINWOHL
ÖKONOMIE
Bilanzierendes Unternehmen

Caritasverband
Paderborn e.V.



Asuka – Gruppenangebot für Jugendliche in belasteten Lebenssituationen

Die Jugendzeit stellt eine bedeutende Entwicklungsphase dar. Neben körperlichen Veränderungen stehen seelisch-geistige Entwicklungsschritte im Vordergrund, die junge Menschen bewältigen müssen. Dazu gehören unter anderem auch das Loslösen vom Elternhaus und anderen Bezugspersonen durch zunehmende Unabhängigkeit, das Erproben von Geschlechterrollen, die Entwicklung eines eigenen Körperkonzeptes, von eigenen Werten und von Zukunftsperspektiven.

In den letzten Jahren sind psychische Erkrankungen bei Jugendlichen stetig angestiegen, was in dieser sensiblen Lebensphase oft zu zusätzlichen Belastungen führt.

Das Gruppenangebot richtet sich an Jugendliche, die

- Unterstützung bei der Identitätsfindung suchen,
- sich Austausch mit Gleichaltrigen und neue Kontakte wünschen,
- bei psychischen Belastungen wie z. B. sozialen Ängsten, Depressionen einen Rahmen der Begleitung benötigen.

Inhalte

„Asuka“ bietet den Jugendlichen in einem geschützten Rahmen Struktur und Sicherheit. Die Jugendlichen erleben in der Gruppe ein Gemeinschafts- und Zugehörigkeitsgefühl.

Eigene Fragen und Problemstellungen können offen thematisiert werden. Die Jugendlichen erfahren Entlastung und werden bei der Bewältigung ihrer Lebenssituation gestärkt.

In Krisensituationen werden die Jugendlichen unterstützt und bei Bedarf in weitergehende Behandlungsangebote vermittelt.

Die Gruppe ist offen für alle Geschlechterrollen.

Alle Teilnehmer*innen unterliegen der Verschwiegenheitspflicht.



Themen und Methoden

Folgende Themen und Methoden sind Bestandteile des Gruppenangebotes:

- Beschäftigung mit sozialen Netzwerken, Freundschaften, Werten
- Übungen zu persönlichen, familiären und sozialen Ressourcen
- Auseinandersetzung mit Geschlechtsidentitäten und Geschlechterrollen
- Biographiearbeit
- Übungen zu Identität, Gefühlen, Haltungen
- Stressbewältigungs- und Emotionsregulationsübungen
- Strategien zur Krisenbewältigung
- kreative sowie körperliche Aktivitäten
- u.v.m.