

"WAS BIN ICH (MIR) WERT?"

Selbstwertstärkendes Arbeiten mit Mädchen und jungen Frauen

Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen zu entwickeln, gehört zu den wichtigsten Aspekten in der Persönlichkeitsbildung. Das Selbstwertgefühl kann als Summe der bisherigen Lebenserfahrungen einer Person bezeichnet werden und beeinflusst in hohem Maße das Verhalten. Mädchen und junge Frauen wachsen sehr oft in einer Umgebung auf, die ihnen spiegelt, dass sie so, wie sie sind, nicht „in Ordnung sind“. In der Folge suchen sie nach Wegen und Strategien, um Anforderungen zu genügen. Dazu erzeugen weibliche Rollenmuster einen besonderen Druck, sich bestimmten Normen (Schönheits- und Körperideale, für andere sorgen, eigene Bedürfnisse zurückstellen) anzupassen. Gelingt dies nicht, entsteht eine Frustration/ein Mangel, in deren Folge der Aufbau eines stabilen Selbstwertgefühls schwer möglich ist. Pädagogische Erfahrungen zeigen, dass Mädchen und junge Frauen aufgrund der weiblichen Sozialisation eher mit Selbstabwertung ihrer Person reagieren.

Im Seminar wird erarbeitet, welche Haltung und Kommunikation gebraucht werden, um mit Mädchen und jungen Frauen selbstwertfördernd im Kontakt zu sein. Methodische Anregungen zum selbstwertstärkenden Arbeiten werden im Seminar selbst erfahren und können für die eigene Praxis „mitgenommen“ werden.

Zielgruppe

Fachfrauen der Mädchenarbeit, Student*innen und Interessierte

Inhalte

- Die Auseinandersetzung mit der eigenen Haltung und der eigenen Kommunikation, um mit Mädchen und jungen Frauen selbstwertfördernd im Kontakt zu sein
- Methodische Anregungen zum selbstwertstärkenden Arbeiten mit Mädchen und jungen Frauen

Methoden

Impulse, Fachaustausch, Fallarbeit, Methoden der Erlebnispädagogik

Dozent*in:

[Katja Demnitz](#)

(Bildungsreferentin, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Psychodramaleiterin Fachstelle für Mädchenarbeit und Genderkompetenz, LAG Mädchen und junge Frauen in Sachsen e.V.)

[Katrin Schröter-Hüttich](#)

(Erwachsenenbildnerin, Genderberaterin, Coach (zert. nach DGfC) Fachstelle für Mädchenarbeit und Genderkompetenz, LAG Mädchen und junge Frauen in Sachsen e.V.)

Kosten:

155 EUR

Mitglieder: 125 EUR

Seminar-Nr:

F-KJF 20-09-21

Anmeldung bis:

31.08.2020

Datum/Uhrzeit	Ort	Anmeldung
21.09.2020 09:00 - 16:00 Uhr	Paritätischer Sachsen, Landesgeschäftsstelle Am Brauhaus 8 01099 Dresden	