

# Leistungsangebot

## Zielgruppe

6 - 8 Mädchen oder Jungen im Alter von  
11 – 13 Jahren bzw. 14 – 16 Jahren

Sobald genügend Anmeldungen eingegangen sind,  
erfolgt die homogene Zusammenstellung der Gruppe.

## Zeitlicher Rahmen

Über die Dauer eines halben Jahres findet  
ein zweistündiges Treffen pro Woche am  
Nachmittag statt.

## Leitung

2 „Stand-up-TrainerInnen“

## Zertifikat

Jeder Teilnehmer erhält am Trainingsende  
ein „Stand-up“-Zertifikat und eine persönliche  
„Ich“-Mappe, die die individuelle Persönlichkeits-  
entwicklung im Trainingsverlauf dokumentiert.

## Trainingsbegleitend

stehen die Trainer den Eltern als Ansprech-  
partner zur Verfügung.  
Es finden zwei Elternabende statt.

## Ort

Quickborn

## Teilnehmerbeitrag

Der Teilnehmerbeitrag in Höhe von 50 Euro ist einmalig für  
die gesamte Trainingsdauer zu entrichten.

Der Beitrag wird direkt für Ausflüge, Verpflegung usw.  
verwendet.

Die Zusage zur Teilnahme ist für die gesamte Kursdauer  
verbindlich (ausgenommen längere Krankheitszeiten, die  
eine weitere Teilnahme als wenig sinnvoll erscheinen  
lassen).

Stand: März 2011



Stadtjugendpflege Quickborn  
Fachbereich Jugend

Birgit Hesse

Rathausplatz 1  
25451 Quickborn

Tel. 04106/611-244

Fax. 04106/611-444

E-Mail: [Birgit.Hesse@quickborn.de](mailto:Birgit.Hesse@quickborn.de)



[www.stadtjugendpflege-quickborn.de](http://www.stadtjugendpflege-quickborn.de)



**Ein soziales Gruppentraining für  
Opfer von Schüler-Mobbing**



Beratung und Angebote zum Thema  
Mobbing für alle Altersgruppen

[www.stadtjugendpflege-quickborn.de](http://www.stadtjugendpflege-quickborn.de)

## Zielgruppe

Mädchen und Jungen, die

häufig gehänselt, bedroht, beraubt,  
erpresst oder geschlagen werden

auffällig zurückgezogen sind

einsam und depressiv wirken

Angst haben, zur Schule zu gehen

## Was möchte das „Stand-up-Training“?

Im Rahmen eines geschützten Gruppen-  
settings mit verbindlichen Regeln des  
gegenseitigen Respekts, der Verschwiegen-  
heit, Akzeptanz und Integration...

einen Ausweg aus dem täglich  
erlebten Opferdasein ermöglichen...

Erlernen bzw. Wiedererlangen sozialer  
Handlungskompetenz mit ange-  
messenen Abgrenzungsverhalten...

erlittene Hilflosigkeit im Gruppenkontext  
aufarbeiten und durch neu erlebte  
Selbstwirksamkeit ersetzen...

das Selbstwertgefühl u. a. durch eine  
positive Integrationserfahrung in dieser  
Gruppe stärken.

## Was geschieht im „Stand-up-Training“<sup>®</sup>?

Austausch und Gespräch über  
erlittenes Opferleid.

Individuelles Erlernen von Selbstwirk-  
samkeit durch zur Persönlichkeit  
passendes Abgrenzungsverhalten.

Wiedererlangung der  
Handlungskompetenz.

Entwicklung von  
Handlungsalternativen.

Selbst- und Fremdwahrnehmung  
einschätzen lernen.

Verlernen von Hilflosigkeit.

Beendigung einer evtl. schon begonnenen  
„Opferkarriere“.

Stärkung des Selbstwertes.

**standuptraining**<sup>®</sup>  
Ein soziales Gruppentraining  
für Opfer von Schüler-Mobbing



## „Stand-up-Trainerin“

Birgit Hesse

Anette Lübcke

Wenn Sie Näheres über das  
„Stand-up-Training“<sup>®</sup>

erfahren möchten

oder wissen möchten,

ob es für Ihr Kind passend wäre,  
wenden Sie sich an uns.

Wir informieren Sie gerne in einem  
persönlichen Gespräch.

Unser Gesamtangebot finden Sie auf

[www.stadtjugendpflege-quickborn.de](http://www.stadtjugendpflege-quickborn.de)

