



## **2023 wird es eine neue Power Kids/Women Ausbildungs- Runde geben für Sozialarbeiter:innen und Pädagog:innen in Wandsbek!**



Ab Februar 2023 bieten wir von Selbst und Sicher e.V. erneut eine **Power Kids & Power Women-** TrainerInnen Ausbildung für Frauen und Männer (vorzugsweise mit Migrationshintergrund) an. Diese Ausbildung ist für Menschen, die in den sozialen Einrichtungen der Behörde oder der Schule arbeiten, kostenlos. Mitarbeiter:innen aus anderen Jugendhilfeträgern zahlen für die gesamte Ausbildung 1800 Euro.

Die TrainerInnenausbildung besteht aus zwei Teilen, einem theoretischen und einem praktischen Teil, und kann ca. (je nach Engagement) innerhalb eines Jahres absolviert werden. Der praktische Teil beinhaltet 5 Seminarblöcke (à 2 Tage) plus 2 Supervisionstage. Für genaue Daten, siehe Flyer Einschub. Innerhalb des praktischen Teils werden die Auszubildenden in Kleingruppen Power Kurse anbieten. Die Ausbildung sowie die Kurse werden im Bezirk Wandsbek stattfinden, da „Power Kids & Power Women“ ein vom Bezirk Wandsbek gefördertes Projekt ist.

Power Kids und Power Women Kurse sind integrative Empowerment-Kurse für Gruppen von emotional belasteten Frauen und/oder Jugendlichen und Kindern mit und ohne Fluchterfahrung.

Folgende Inhalte werden in den Power Kursen vermittelt:

- Methoden zur emotionalen Selbstregulation / Soforthilfe (u.a. Körper) Übungen
- Erklärung zu körperlichen und psychischen Vorgängen/ Reaktionen bei belastenden Situationen
- Möglichkeiten der Konfliktlösung und der Deeskalation
- Selbstbehauptungsübungen (WenDo Anteile)
- Selbstwirksamkeits- und Selbstwertstärkende Übungen

Dabei wird in der Fortbildung ebenso auf die besondere Rolle/Verantwortung der TrainerIn eingegangen oder auch schwierige Kurssituationen reflektiert.

Schreiben Sie uns, warum Sie sich für diese Ausbildung bewerben. Was motiviert Sie? Weshalb ist es für Ihren Arbeitsbereich lohnenswert? Was bringen Sie mit?



## Informationsblatt zur Power Women PowerKids - TrainerInnenausbildung 2022

### Bewerbungsvoraussetzungen für TrainerInnen:

- Aktuelles soziales Arbeitsfeld im Bezirk Wandsbek

Vorzugsweise:

- Migrationshintergrund
- Sozialpädagogische Erfahrung oder Erfahrung mit Selbstverteidigungs-/ Selbstbehauptungs-übungen

### Zeitlicher Rahmen der Ausbildung:

**Seminar 1 (Zum Kennenlernen der Ausbildungsinhalte):** 23.2.2023 + 24.2.2023

### **Daten des theoretischen Teils:**

**Seminar 2:** 27.3.2023 + 28.3.2023 (Montag/ Dienstag)  
**Seminar 3:** 5.5.2023 + 6.5.2023 (Freitag/ Samstag)  
**Seminar 4:** 28.6.2023 + 29.6.2023 (Mittwoch/ Donnerstag)  
**Seminar 5:** 14..9.2023+15.9.2023 (Donnerstag/ Freitag)

**Supervisionstage:** 7.11.2023 und 11.12.2023

*Haben Sie noch offene Fragen ?*

Dann kommen Sie doch am Donnerstag, den 26.1.2023 von 10 – 11.30 Uhr zu unserer **Infoveranstaltung** in unsere Räumlichkeiten am Standort Hummelsbüttel (Am Hehsel 38).

**Die Ausbildung ist im Bezirk Wandsbek kostenfrei für SozialarbeiterInnen, die in der Schulsozialarbeit oder in bezirklichen Einrichtungen wie Häuser der Jugend tätig sind. Kosten für Mitarbeiter anderer Träger: : 1800 Euro**

Bewerbungen oder Infomaterial anfragen per *E-Mail* an: [Jelle.Stollenwerk@selbstundsicher.de](mailto:Jelle.Stollenwerk@selbstundsicher.de)  
oder per *Post* an:

Selbst und Sicher e.V.  
z.H. Jelle Stollenwerk  
Am Hehsel 38  
22339 Hamburg

Wir freuen uns auf Sie.