

## **Wilde Jahre** Encouraging-Training für Jugendliche ADI®

### **Online-Ausbildung**

#### **Aufbau-Ausbildung für zertifizierte Individualpsychologische Trainer/innen und Encouraging-Trainer/innen**

Das Training „Wilde Jahre“ unterstützt Jugendliche in ihrer Selbstannahme und Selbstverantwortung. In Auseinandersetzung mit eigenen und übernommenen Werten und Überzeugungen bilden die Heranwachsenden eine eigenständige innere Haltung heraus. Sie lernen, sich realistische Ziele zu setzen, zu eigenen Entscheidungen zu stehen, Belastungen als Herausforderung anzunehmen und, wo nötig, entschieden „nein“ zu sagen. So legen sie das Fundament für ein selbstbestimmtes Leben in pluraler Gesellschaft.

Das Encouraging-Training „Wilde Jahre“ umfasst acht Einheiten u.a. zu den folgenden Themen:

- Mut, Übermut, Mutprobe, Angst
- Zugehörigkeit, Heimat
- Stärken, Schwächen, Fähigkeiten, Potentiale
- Grenzen setzen, sich positionieren
- Freunde, Loyalität und Abgrenzung
- Mobbing, Bullying, Cybermobbing
- Vom Wünschen und Wollen
- Selbstbewusstes Sprechen
- Ziele und Visionen
- Diversität, Homogenität
- Ich und mein Körper

**Termine:** Ab Anfang Oktober einmal wöchentlich via Zoom (ca. 1,5 Stunden). Während jeder Zoom-Session wird eine Einheit besprochen und bearbeitet. Die Termine werden gemeinsam mit der Gruppe abgestimmt. Nach ersten Praxiserfahrungen gibt es einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch – virtuell oder, wenn von der Gruppe gewünscht, als Präsenzveranstaltung.

**Leitung:** Regula Hagenhoff, Susi Marggraf

**Kosten:** 750,00 €

**Anmeldung:** Per E-Mail an [kontakt@adler-dreikurs-institut.de](mailto:kontakt@adler-dreikurs-institut.de)