

# Starke Mädchen

**Gemeinsam stark sein, statt einsam zu glauben, stärker sein zu müssen!**

Gerade heute, in einer Zeit, die geprägt ist von Leistungsdenken und Konkurrenzsituationen, ist es für unsere Mädchen eine besondere Aufgabe, sich zu positionieren und zu behaupten. Begriffe wie Orientierungslosigkeit, Überforderung und Mobbing fördern Ängste und Aggressionen und füllen Schlagzeilen und Praxen gleichermaßen.

Gerade bei Mädchen zwischen 10 und 16 Jahren ist jede Menge in Bewegung und es ist wichtig, darauf zu achten, in welche Richtung die Entwicklung geht.

Mit diesem speziellen Programm sollen gerade Mädchen in dieser Altersgruppe angesprochen werden, gemeinsam ihre eigene Individualität entdecken, persönliche Stärken zugänglich machen, neue Wege erschließen und kreative Lösungen finden.

Ziel ist es, das eigene Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl und die Selbstsicherheit zu stärken und Mut zu machen, um der Zukunft und allem Neuen neugierig und offen zu begegnen.

## Starke Mädchen

- ❖ *können alles erreichen*
- ❖ *schwierige Situationen meistern*
- ❖ *denkbar ausweglosen Momenten neugierig und offen gegenüberstehen*

*Fähigkeiten erkennen, sich selbst sicher sein*

### Praxis für

Integrierte **L**ösungsorientierte **P**sychologie

### Gabriele Bühler

Psychologische Beraterin  
Kinder- und Jugendcoach



**10 Std. Kurs für Mädchen im Alter von 10 bis 16 Jahren**

### **Kursbeginn:**

**nachmittags**

**\* fortlaufende Kurse auf Anfrage\***

#### Adresse:

Am mittleren Weg 12  
79588 Efringen-Kirchen

OT: Huttingen

Tel.: 07628 – 942 768

E-Mail: [Gabriele.Buehler@ilp-kurztherapie.com](mailto:Gabriele.Buehler@ilp-kurztherapie.com)

Homepage: [www.ilp-kurztherapie.com](http://www.ilp-kurztherapie.com)