

# „Achterbahn der Gefühle“

## Sexualpädagogischer Workshop für Mädchen von 11-13 Jahren

Sexualpädagogik ist mehr als nur Aufklärung. In diesem sexualpädagogischen Workshop werden fachkundig und einfühlsam altersgemäße Informationen vermittelt, Erlebnisse und Erfahrungen eingeordnet und Impulse für die weitere Entwicklung gegeben. In diesem Alter zeigen sich einige Kinder verunsichert oder irritiert: durch Schulwechsel in der 5. Klasse, Orientierung an Älteren und die eigenen körperlichen und seelischen Veränderungen. Mir ist es ein Anliegen, die Kinder in dieser wichtigen und einschneidenden Entwicklungsphase zu begleiten. Ein respektvoller Umgang miteinander und die offene Gesprächsführung vermitteln den Kindern Sexualität als ein Thema, über das man sprechen kann und darf. Ich arbeite mit vielfältigen spielerischen, kreativen und anschaulichen Methoden; die Kinder bekommen Material zum mitnehmen.

### Kursinhalte u.a.:

- „Was ist mit mir los...?“ Vertiefung des Wissens über körperliche Veränderungen in der Pubertät (Menstruation und Reifung bei Jungen)
- Körperpflege
- Gefühle
- Ablösung von den Eltern
- Freundschaft – Verliebt sein

<b>Bitte mitbringen:</b>	einen persönlichen Gegenstand, Mäppchen
<b>Termin:</b>	4-stündige Veranstaltung - Termine nach telefonischer Absprache
<b>Teilnehmerinnen:</b>	6 – 14 Mädchen
<b>Ort und Anmeldung:</b>	Kurma-L (Köln) oder andere geeignete Räumlichkeiten
<b>Kosten:</b>	Von Anzahl der Teilnehmerinnen abhängig

Ein 2. Workshop (2-stündig) zur Nachbearbeitung wird empfohlen.

Begleitet wird die Gruppe von: Nicole Ebrecht-Fuß M.A. (geb. 1974),  
Sexualpädagogin und Familienbegleiterin, Beraterin, Dozentin, Pädagogin,  
Mutter von 2 Töchtern und einem Sohn

