

# Workshop: Meine Sache



[www.b2-onlineberatung.de](http://www.b2-onlineberatung.de)

Ressourcen der  
eigenen Biografie  
entdecken

## Wer sind wir?

*Zusammen stärker* ist ein gemeinnütziger Verein, der sich für die Stärkung psychischer Gesundheit von jungen Menschen einsetzt. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf benachteiligten Gruppen.

Bei B2-Onlineberatung können junge Menschen per Mail, Chat und ggf. face to face Beratung in Anspruch nehmen. Anonym, kostenlos und jederzeit.

Die Beratung wird von einem jungen Fachkräfteteam aus Onlineberater\*innen angeboten.

Der Workshop „Meine Sache“ ist ein Angebot für jugendliche Gruppen in Bildungseinrichtungen.

## Für wen?

Jugendliche Gruppen (max. 15 Pers.) zwischen 12 und 25 Jahren in Bildungseinrichtungen wie beispielsweise Schulen, Berufsschulen, Vereine und Hochschulen.

## Workshopinhalte?

Ein interaktiver Workshop zum Erkunden der eigenen Ressourcen im Umgang mit Krisen. Der methodische Ansatz hierfür ist das biografische Theater. Angeleitet und begleitet wird der Workshop von einer Theaterpädagogin.

## Workshopziele?

Den Teilnehmer\*innen wird die Möglichkeit geboten, sich auf kreative Art und Weise mit ihrer eigenen Biografie auseinanderzusetzen und persönliche Stärken zu erkennen. Der Workshop ermöglicht es, unterschiedliche Blickwinkel einzunehmen und biografische Ereignisse neu zu interpretieren.

## Voraussetzungen?

Ein großer, geschützter Raum ohne Tische und Stühle (eine Aula oder Turnhalle sind nicht geeignet).  
Freiwillige Teilnahme

## Workshopdauer:

**Tagesangebot:** 6-8 UE

**Projekttag:** 3-5 Schultage

**AG Angebot:** 8-10x a 90min/ Woche

**Kosten:** auf Nachfrage

## Kontakt:

[workshops@zusammen-staerker.com](mailto:workshops@zusammen-staerker.com)

