

# Presseinformation

27.10.2017

## „TRuSt (yourself) Gruppenangebot hilft Jugendlichen mit sozialen Ängsten

### Chancen und neue Wege aus der Isolation und zu mehr Selbstbewusstsein

**Bedburg-Hau.** Der Mensch fühlt sich in der Gruppe am wohlsten. Das gilt zumindest für die meisten von uns. Dennoch scheint die Zahl der Einzelgänger und Außenseiter, vor allem bei Kindern und Jugendlichen, zuzunehmen. Oftmals steckt ein gestörtes Selbstbewusstsein dahinter. Die Gründe dafür sind vielfältig und die Auswirkungen gravierend. Nicht selten haben die Betroffenen Mobbing Erfahrungen hinter sich und es fehlen Ihnen Strategien zur Kontaktaufnahme. Viele vermissen soziale Kontakte, obwohl sie diese gleichzeitig vermeiden oder selbst von anderen gemieden werden. Genau an diese Jugendlichen richtet sich das Spezialangebot der Kinder- und Jugendpsychiatrie der LVR-Klinik Bedburg-Hau. Es startet erneut im März 2018 und endet im Juli 2018. Da das Angebot stark nachgefragt wird und vorab in der Regel ein Kennenlerngespräch stattfindet, ist es ratsam sich schon jetzt mit der Kinder- und Jugendpsychiatrie der LVR-Klinik Bedburg-Hau in Verbindung zu setzen.

Die Gruppe von max. 14 bis 16 Jugendlichen (Mädchen und Jungen im Alter von 15 bis 17 Jahren) wird sich insgesamt 14 x treffen und sich sowohl theoretisch als auch praktisch mit dem eigenen Lebensumfeld auseinandersetzen. Bei der Gestaltung der Gruppenstunden wirken die Jugendlichen selbst mit. Die Leitung des Angebotes werden ein Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie, sowie zwei Co-Therapeutinnen übernehmen. Dabei vermitteln sie den Jugendlichen Hintergrundwissen zur Thematik und üben hilfreiche Strategien ein (z.B. durch Rollenspiele in der Gruppe und in Alltagssituationen). Zum Angebot gehört u.a. der Besuch eines Hochseilgartens, in dem es beim gemeinsamen Klettern um den Umgang miteinander, die Gruppenfähigkeit und Stärkung des eigenen Selbstwertgefühls geht. Ziele von TRuSt sind vor allem der sichere und adäquate Umgang in Gruppen von Gleichaltrigen und eine bessere Möglichkeit zur Kontaktaufnahme gegenüber seinen Mitmenschen. Es soll möglich werden mehr soziale Kontakte wahrzunehmen, ins Gespräch mit anderen Jugendlichen zu kommen und mögliche soziale Ängste abzubauen.

Interessierte Jugendliche und Eltern können sich ab sofort in der Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie unter 02821 81-3401 oder 81-3402 melden.