

Trainings für gewaltausübende Mädchen* und junge Frauen*

Zielgruppe:

Für Mädchen* und junge Frauen*

- von 12 bis 21 Jahren
- mit (unkontrolliertem) aggressivem Verhalten (wie Beleidigungen, Bedrohungen, Erpressung, Körperverletzung etc.)
- mit wenig Konfliktlösestrategien
- mit oder ohne disziplinarischer Auflage oder richterliche Weisung
- Ausreichende Deutschkenntnisse notwendig, aufgrund der Methodenbausteine

Austausch mit den Auftraggeber*innen:

- Vor Beginn des Trainings findet Erstkontakt mit Auftraggeber*innen statt
- Während des Trainings erfolgt ein Zwischenbericht per Telefon oder Email
- Auch am Ende des Trainings erfolgt ein Abschlussbericht sowie ein Austausch, wenn gewünscht.
- Bei akuten Vorfällen erhält der/die Auftraggeber*in grundsätzlich eine Rückmeldung von den Trainerinnen

Anmeldeverfahren:

- Voranfrage per Telefon oder E-Mail
- Vereinbaren eines unverbindlichen Informationsgespräches
- Anmeldeunterlagen (Auf Website unter Downloads)
- Anfragen/Anmeldung bis etwa 2 Wochen vor Beginn des Trainings möglich
- Keine Aufnahme von Teilnehmerinnen* während des Trainings
- Die Entscheidung über die Aufnahme ins Training erfolgt nach dem Informationsgespräch

Trainingsangebote:

1. „Cool for Life“:

Dieses Training ist ein Sozialkompetenztraining und an die Standards des CT® und teilweise des AAT® angelehnt.

- 12 bis 21 Jährige
- Max. 10 Teilnehmerinnen*
- Umfang: 2 Monate von ca. Oktober bis Dezember/ Januar
7 Gruppeneinheiten á 2 Stunden + 2 Einzelgespräche
- Wo: IMMA Café, Jahnstraße 38
- Kostenfrei

IMMA e.V.

Initiative für Münchner Mädchen*
Zora Gruppen und Schulprojekte
Jahnstraße 38
80469 München

Tel.: 089/238891-40/43/44
Fax: 089/238891-15
zora-gruppen@imma.de
www.imma.de

Bank für Sozialwirtschaft
BIC BFSWDE 33 MUE
Geschäftskonto IBAN DE96 3702 0500 0007 8038 00
Spendenkonto IBAN DE69 3702 0500 0007 8038 01

Gemeinnütziger Verein
dem paritätischen
Wohlfahrtsverband
angeschlossen

Ziele:

- Erweiterung der Sozialkompetenzen, wie Kommunikation und Körpersprache, Gefühle und Einfühlungsvermögen z.B. durch Ressourcenarbeit
- Verantwortungsübernahme für das eigene gewalttätige Verhalten
- Steigerung der Bereitschaft am eigenen Gewaltverhalten zu arbeiten und es zu verändern z.B. durch Erarbeiten der eigenen Gewaltspirale und des Wutbarometers
- Einüben von neuen, gewaltfreien und prosozialen Verhaltensweisen durch Rollenspiele
- Wachstum emotionaler, kognitiver und sozialer Ressourcen durch die Arbeit in der Gruppe
- Information über weitere Hilfsangebote

2. „Mut zur Veränderung“:

Das Training ist besonders an die Standards des AAT[®] + CT[®] angelehnt. Des Weiteren verwenden wir erlebnispädagogische und theaterpädagogische Elemente.

- 14 bis 21 Jährige
- Max. 10 Teilnehmerinnen*
- Umfang: 5 Monate von ca. Februar bis Juli
16 Termine, á 3 Stunden, vorwiegend in Gruppeneinheiten.
(inkl. Blocktage in den Faschingsferien; á 5 Stunden) + 3 Einzelgespräche
Persönliche Themen wie bspw. Biographiearbeit werden auch in Einzeleinheiten bearbeitet
- Wo: IMMA Café, Jahnstraße 38
- Einmalig 50 Euro Essenspauschale, da wir immer gemeinsam kochen
- Ggf. als Aufbautraining für „Cool for Life“

Ziele:

- Verhaltensänderung in Richtung Abbau des gewalttätigen Verhaltens
- Konfrontation mit der/den Tat/en und damit Verantwortungsübernahme für das eigene gewalttätige Verhalten
- Erlernen prosozialer und gewaltfreier Verhaltensweisen
- Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Aggressivität vor dem Hintergrund der Reflexion der eigenen Geschlechterrolle
- Aufarbeiten von Strukturen der Beziehungsgewalt
- Erhöhung des Selbstbewusstseins und der eigenen Wertschätzung
- Verbesserung der Chancen an formalen Bildungsprozessen teilzunehmen
- Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten
- Arbeit mit dem eigenen Status, Selbstreflexion und Sensibilisierung dafür

IMMA e.V.

Initiative für Münchner Mädchen*
Zora Gruppen und Schulprojekte
Jahnstraße 38
80469 München

Tel.: 089/238891-40/43/44
Fax: 089/238891-15
zora-gruppen@imma.de
www.imma.de

Bank für Sozialwirtschaft
BIC BFSWDE 33 MUE
Geschäftskonto IBAN DE96 3702 0500 0007 8038 00
Spendenkonto IBAN DE69 3702 0500 0007 8038 01

Gemeinnütziger Verein
dem paritätischen
Wohlfahrtsverband
angeschlossen

3. Weitere Trainingsangebote:

Bei Bedarf von Einrichtungen/Schulen führen wir auch abgestimmte Trainings vor Ort durch.

Kontakt Daten:

Postadresse:

ZORA IMMA e.V.

Jahnstraße 38, 80469 München

Telefon:

089/238891-44 (Trainingsdurchwahl)/ -51 (Fr. Sfeir)

Mail:

zora-gruppen@imma.de oder stephanie.sfeir@imma.de

Website: www.imma.de

Stand: August 2026

IMMA e.V.

Initiative für Münchner Mädchen*
Zora Gruppen und Schulprojekte
Jahnstraße 38
80469 München

Tel.: 089/238891-40/43/44
Fax: 089/238891-15
zora-gruppen@imma.de
www.imma.de

Bank für Sozialwirtschaft
BIC BFSWDE 33 MUE
Geschäftskonto IBAN DE96 3702 0500 0007 8038 00
Spendenkonto IBAN DE69 3702 0500 0007 8038 01

Gemeinnütziger Verein
dem paritätischen
Wohlfahrtsverband
angeschlossen

Schutz Beratung Prävention



**Zora Gruppen und
Schulprojekte**
für Mädchen* und
junge Frauen*

IMMA e.V.

Initiative für Münchner Mädchen*
Zora Gruppen und Schulprojekte
Jahnstraße 38
80469 München

Tel.: 089/238891-40/43/44
Fax: 089/238891-15
zora-gruppen@imma.de
www.imma.de

Bank für Sozialwirtschaft
BIC BFSWDE 33 MUE
Geschäftskonto IBAN DE96 3702 0500 0007 8038 00
Spendenkonto IBAN DE69 3702 0500 0007 8038 01

Gemeinnütziger Verein
dem paritätischen
Wohlfahrtsverband
angeschlossen