





SOS
KINDERDORF

SOS-Beratungszentrum
Weimar



Ich
komm
schon
klar, 
oder 



Wir können dir
unsere Hilfe
und Unterstützung
anbieten,

Inhalt

3 Hast du manchmal das Gefühl, dass dir die großen und kleinen **Probleme mit deinen Eltern** einfach über den Kopf wachsen?

4 Hast du ständig **Stress in der Schule?**

5 In der **Ausbildung oder im Job** klappt es nicht so?

6 Brennen dir ganz **persönliche Sachen** auf der Seele?

7-8 **Über uns**
SOS-Beratungs- und
Familienzentrum in Weimar

9 **So findest du uns**

damit du aus schwierigen Situationen einen Ausweg findest, wir gemeinsame Lösungen für deine Probleme finden und du deinen eigenen Weg gehen kannst.

Hast du manchmal das Gefühl, dass dir die großen und kleinen Probleme mit deinen Eltern einfach über den Kopf wachsen?



Wir können zusammen mit dir etwas für dich tun!

- Kommst du mit deinen Eltern nicht klar?
- Haben deine Eltern etwas gegen deinen Freund oder deine Freundin?
- Droht man dir mit dem Heim oder dem Internat?
- Fühlst du dich ständig zu Hause kontrolliert?
- Willst du nur noch weg von zu Hause?
- Gibt es andere Probleme mit deinen Eltern?
- Streiten deine Eltern ständig, und keiner fragt, wie es dir damit geht?
- Haben sich deine Eltern getrennt? Wie kommst du damit klar?

In Gesprächen können wir gemeinsam mit dir herausfinden, was du schon ausprobiert hast, um die Situation in den Griff zu bekommen. Wenn das bisher nicht geholfen hat, **suchen** wir zusammen **nach neuen Wegen**.

Oft hilft es auch – wenn du und deine Eltern dazu bereit sind – wenn sich alle mit jemandem von uns zusammensetzen, den **Problemen auf den Grund gehen** und zum Beispiel ständig wiederkehrende Streitpunkte klären.

$$\frac{a \times b}{2} = \sqrt{c^2}$$

Hast du ständig Stress in der Schule?

- Hast du Angst vor Prüfungen?
- Fragst du dich manchmal, was du beim Lernen eigentlich falsch machst?
- Hast du Angst durchzufallen?
- Kommst du mit Klassenkameraden oder Lehrern nicht klar?

Wir können dir weiterhelfen.

Du kannst uns erzählen, was bisher gelaufen ist und wir können zusammen mit dir herausfinden, was dir helfen kann. Gerade bei Schul- und Lernproblemen gibt es einige einfache und **gute Tipps und Tricks**, die dir schnell weiterhelfen können.

Wir können zum Beispiel auch Situationen durchsprechen, Rollenspiele, Tests oder Übungen machen, die dir zeigen, wo du stehst und wo es hingehen könnte.



In der Ausbildung oder im Job klappt es nicht so?



Viele Fragen, auf die es auch Antworten gibt.

- ➔ Hast du manchmal den Eindruck, Freunde, Freizeit, Eltern und Arbeit nicht mehr unter einen Hut bringen zu können?
- ➔ Denkst du immer öfter darüber nach, die Lehre abzubrechen und etwas anderes zu machen?
- ➔ Fühlst du dich in der Ausbildung oder im Beruf ausgegrenzt oder runtergemacht?
- ➔ Hast du ständig Ärger mit deinem Chef, Meister oder Kollegen?
- ➔ Meinen deine Eltern, den besten Beruf für dich zu wissen, obwohl du etwas ganz anderes willst?

Wir machen mit dir einen Plan, wie etwas verbessert werden kann. Oft bringt es schon was, alle Beteiligten an einen Tisch zu bekommen, um **miteinander zu reden**.

Andere Möglichkeiten lassen sich immer **finden**, keine Situation ist unveränderbar.

Und wenn wir bei speziellen Problemen auch nicht weiter wissen, können wir dir jemanden nennen, der hilft.



Brennen dir ganz persönliche Sachen auf der Seele?

- Findest du schwer Freunde?
- Fühlst du dich oft unsicher im Kontakt mit anderen?
- Hast du Fragen zur Partnerschaft?
- Hast du Angst, kommst du dir klein und unterlegen vor?
- Entdeckst du an dir Verhaltensweisen, die dich beunruhigen?
- Gibt es etwas, worüber du schon länger mit jemanden sprechen wolltest?
- Fühlst du dich manchmal tieftraurig und weißt nicht mehr weiter?
- Laufen in deiner Clique Dinge, mit denen du nichts zu tun haben willst oder die dich belasten?
- Passieren dir immer wieder Dinge, die du hinterher bereust?
- Hast du einen Freund oder eine Freundin, um die du dich sorgst?

Du kannst auch mit solchen ganz persönlichen Fragen zu uns kommen.

Oft helfen schon **gezielte Tipps**, damit du sicherer wirst. Unter Umständen hilft dir auch das gemeinsame **Üben** in einer Gruppe.

Wenn du möchtest, können wir dir helfen, an deinem Auftreten zu arbeiten. Manchmal geht das schon mit kleinen Übungen.

Deine Umwelt und du selbst werden die **Veränderungen** an dir merken und das wird vielleicht einiges leichter machen.

Wir **hören** dir **zu** und **begleiten** dich, wenn du etwas Neues ausprobieren willst.

Du kannst sicher sein, dass wir die Dinge, die du uns erzählst, an niemanden weitergeben – auch nicht an deine Eltern.



Wenn du es mal
mit uns versuchen
willst, wende
dich doch einfach
an das

Zu uns kannst du kommen,
wenn du in Weimar wohnst
und mit deinen großen und
kleinen Problemen allein nicht
weiter weißt.

Du kannst gern einen Freund,
eine Freundin oder jemand
deines Vertrauens mitbringen.

Dein Besuch ist natürlich
freiwillig und verpflichtet zu
nichts. Unser Rat ist außerdem
kostenlos und wir unterliegen
der **Schweigepflicht**.

Niemand erfährt von deinem
Besuch bei uns.

SOS-Beratungszentrum

Coudraystraße 8

99423 Weimar

Telefon 0 36 43/85 06 - 06, oder - 07

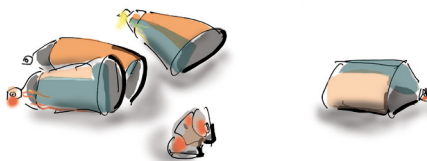
Telefax 0 36 43/85 06 - 08

bz-bufz-weimar@sos-kinderdorf.de

Melde dich einfach, komm
vorbei oder ruf an.

Einer von uns wird sich dann
so schnell wie möglich mit dir
verabreden.

Wir sind ein Team von Sozial-
pädagogen und Psychologen
mit langjähriger Erfahrung in der
Beratung von Kindern,
Jugendlichen und Familien.



SOS-Beratungs- und Familien- zentrum Weimar. Was ist das?



**Vielleicht hast du schon von den
SOS-Kinderdörfern gehört.**

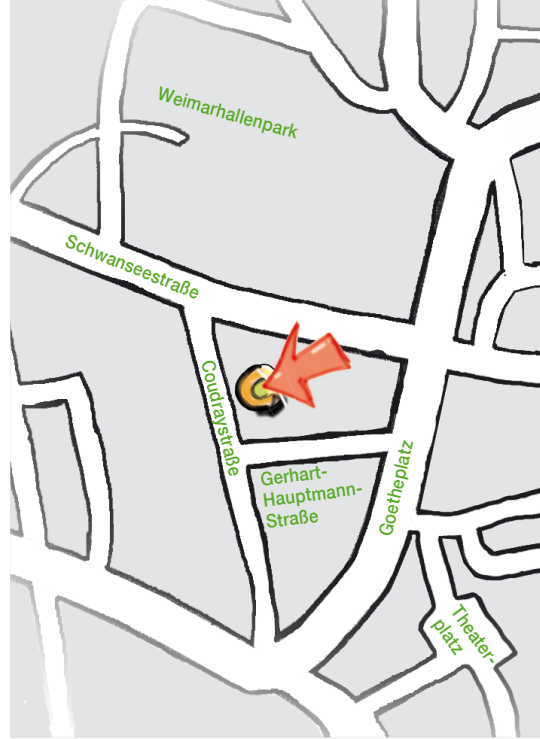
Wir gehören zum SOS-Kinderdorf-Verein,
der viele verschiedene Einrichtungen
unterhält. Darunter sind auch Beratungs-
stellen wie das SOS-Beratungszentrum
Weimar in der Coudraystraße 8, aber auch
das SOS-Familienzentrum Weimar in der
Abraham-Lincoln-Straße 37 sowie die
SOS-Kontaktstelle Delinquenzprävention
in der Abraham-Lincoln-Straße 37.

Über die Angebote kannst
du dich im Internet informieren:
www.sos-bufz-weimar.de

Oder du kannst dort anrufen:
Telefon 03643/800173
(SOS-Familienzentrum).



So findest du zu uns in Weimar!



Du findest uns in der **Coudraystraße 8**, ziemlich im Zentrum von Weimar. Vom Goetheplatz (Durchgang) gehst du zur Gerhart-Hauptmann-Straße.

Das kleine Haus neben der AOK mit dem grünen Schild des SOS-Kinderdorf-Vereins kannst du eigentlich nicht verfehlen.

Du kannst sicher sein, dass jemand da ist, wenn du Mo. bis Do. 8 – 18 Uhr, oder am Fr. 8 – 14 Uhr kommst. Beratungstermine können auch außerhalb dieser Zeiten vergeben werden.

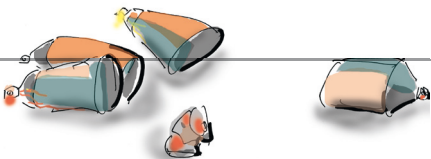


Für deine Notizen

mein Geheimnis

unser nächstes Treffen

Schmetterlinge im Bauch



zwischen den Zeilen lesen

Lieblingslied

Party

Fußballtraining



SOS-Beratungszentrum
Coudraystraße 8
99423 Weimar
Telefon 036 43/85 06 - 06, oder - 07
Telefax 036 43/85 06 - 08

bz.bufz-weimar@sos-kinderdorf.de
www.sos-bufz-weimar.de

Eine Einrichtung des SOS-Kinderdorf e.V.

