

Orientering om

# STILLE

# PIGER

## 3. - 5. KLASSE

*Ungdomsskolen*



**Middelfart**  
KOMMUNE

Et projekt i Middelfart Ungdomsskole

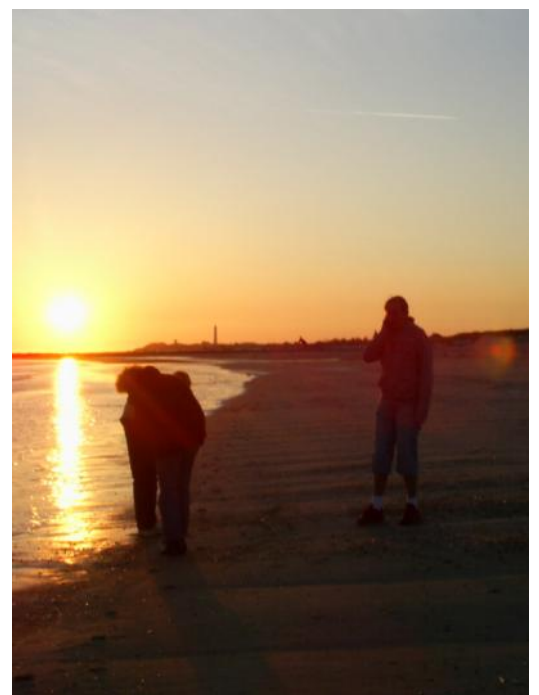
## Til pigen:

### ”Stille piger” er for dig, hvis du synes, noget af dette passer på dig:

- du er en stille pige, som ikke tør sige ret meget i klassen
- det kan være svært at finde nogen at lege med
- du er tit alene, og er ikke sammen med nogen efter skoletid
- det kan være svært at finde ud af, hvad du skal sige til de andre
- du bliver mobbet eller holdt udenfor
- du føler dig anderledes end de andre, og har svært ved at tro på dig selv
- du er bange for at gøre eller sige noget forkert
- du er en usikker og genert pige

### Vi kan tilbyde dig:

- at være sammen med andre piger som har det lige som dig
- at have andre piger og voksne at snakke med, om det der er svært
- et trygt sted, hvor du kan øve dig i at turde sige noget i klassen
- et trygt sted, hvor du kan øve dig i at komme med i legen og få aftaler med kammerater
- hjælp til at forstå dig selv og de andre, så du kan blive mere sikker på dig selv
- oplevelser, aktiviteter, ture og lege, hvor vi griner og har det sjovt.



## Målgruppen

Piger i 3.-5. klasse, som er stille og indadvendte piger, der ikke gør særlig opmærksom på sig selv. Pigen er den stille pige, som ingen rigtig lægger mærke til. Hun holder sig ofte for sig selv og har ingen eller kun få venner.

Den stille pige er kendetegnet ved meget lavt selvværd og ved at hun tilpasser sig omgivelserne. I stedet for at blive vred over at blive forbigået eller trådt på, vender hun i høj grad problemerne indad. Hun kan ikke selv gøre noget ved dem og formår ikke at bede andre om hjælp.

## Baggrund

Ungdomsskolen har igennem mange år arbejdet med Stille Pige grupper for 6.-9. Erfaringen er, at disse ensomme og usikre piger med lavt selvværd, som har dårlige oplevelser i de sociale relationer i skolen og andre steder, oplever at få et netværk med jævnaldrende, de får veninder, de finder troen på sig selv og egne sociale kompetencer og får redskaber, som de kan bruge igennem livet.

## Projektbeskrivelse

Vi vil med stillepigegrupperne tilbyde pigerne et alternativt fællesskab til klassens og dermed give dem følelsen af at have et socialt tilhørsforhold og netværk. Fællesskabet skal give pigerne et tiltrængt frirum, bare til at være sig selv, da deres manglende sociale kompetencer gør, de konstant er på mentalt overarbejde. Herudover skal gruppen være en tryk "øve-arena", hvori pigerne kan tillære sig de sociale kompetencer med kyndig hjælp og opbakning fra den tilknyttede pædagog. Der skal foregå kreative male/tegne aktiviteter, som vil træne pigerne i at identificere og udtrykke deres følelser. Herudover skal rollespil og lege sætte fokus på pigernes kropssprog, og de signaler det sender. Der vil være opgaver og spil, der skal træne pigerne i at få øje på deres uhensigtsmæssige tanke- og handlemønstre og konkret give pigerne forskellige handlemuligheder, de kan benytte, når de kommer i pressede situationer. Der skal foregå relationsarbejde og øvelser mellem pigerne, der gør dem i stand til at fungere bedre socialt.

Pædagogen vil tage initiativ til gruppesamtaler og strukturere og supervisere disse, men der vil også være tid til fri snak. Herudover vil vi tage på ture og lave sjove aktiviteter, så pigerne får gode fællesoplevelser med hinanden og dermed jævnaldrende.

Vi vil benytte ældre stillepiger, der har afsluttet deres forløb som ressource i arbejdet med de yngre piger.



BIKUBENFONDEN

**Projektet er støttet  
med midler fra  
BIKUBENFONDEN**

# Målene for den enkelte pige

Hun skal støttes til:

- at komme ind i en god personlig udvikling
- at få etableret et bæredygtigt netværk
- at blive i stand til at bryde negative mønstre og derved stå bedre rustet til fremtidige udfordringer
- at bruge sig selv og det særlige fællesskab, der udvikles i projektet til at foretage valg, der kan skabe synlige og ønskede forandringer i hendes liv
- øge selvværdet og komme i generel bedre trivsel



## Praktiske oplysninger

For at komme med i en gruppe skal der indsendes et ansøgningskema til Ungdomsskolen (findes på hjemmesiden: [www.middelfart-ungdomsskole.dk/projekter](http://www.middelfart-ungdomsskole.dk/projekter))

Alle kan indsende et skema; forældrene, klasselæreren, sundhedsplejersken, SFO-medarbejder m.fl.

Herefter vil Ungdomsskolen indkalde til et opstartsmøde med alle relevante personer.

Ungdomsskolen vil samarbejde med forældrene og skolen.

En gruppe vil bestå af max 8 piger, helst fra forskellige skoledistrikter.

I 2013/2014 har vi 2 hold:

- **1 hold i Middelfart - to timer om eftermiddagen på Ungdomsskolen, Blindebomsvej**
- **1 hold i Ejby - to timer om eftermiddagen i Ejby Ungdomsklub (ligger i Ejby Hallen)**

Der vil være udflugter og evt. en tur med overnatning.

Der vil blive en mindre forældrebetaling ved udflugter eller særlige arrangementer for pigerne. Derudover er det gratis at være med.

**I er altid meget velkommen til at kontakte os.**



Du finder os her:  
**Middelfart Ungdomsskole, Blindebomsvej 11,  
5500 Middelfart.**  
Tlf. 88 88 56 90  
Mandag – onsdag 8.00-16.00  
torsdag 8.00-17.00  
fredag 8.00-13.00  
E-mail: [ungdomsskolen@middelfart.dk](mailto:ungdomsskolen@middelfart.dk)  
Hjemmeside: [www.middelfart-ungdomsskole.dk](http://www.middelfart-ungdomsskole.dk)