



GEMEINSCHAFTSPRAXIS

für Kinder- und Jugendpsychiatrie
und Psychotherapie am Friesenweg

Dr. Pia Lammel & Dr. Martin Stolle



SOZIALES KOMPETENZ- TRAINING IN DER GRUPPE

Information und Anmeldung: sekretariat@kjppraxis-bahrenfeld.de

Friesenweg 1
22763 Hamburg

Telefon: 040 38 66 66 77-0
Fax: 040 38 66 66 77 99

www.kjppraxis-bahrenfeld.de

Für wen?

Für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 8 Jahren, 9 bis 10 Jahren und von 11 bis 13 Jahren, die

... mutiger werden wollen

... oft Streit mit anderen haben

... lernen wollen, Konflikte ohne körperliche Gewalt zu lösen

Warum in der Gruppe?

Hier kann man gut voneinander lernen und sich gegenseitig helfen, mit schwierigen sozialen Situationen zurechtzukommen.

Was sind die Themen?

- Worauf muss ich achten, wenn ich mit jemanden spreche oder spiele? Welche Regeln sind wichtig?
- Wie kann ich erkennen, was ich brauche, mir wünsche und fühle? Wie kann ich dies deutlich machen?
- Wie kann ich erreichen, was ich gerne möchte oder dringend brauche, ohne andere damit zu verletzen?
- Woran erkenne ich, was die anderen brauchen, sich wünschen und fühlen? Und wie reagiere ich darauf angemessen?
- Wie kann ich in Stresssituationen cool bleiben?
- Welche Möglichkeiten kann ich nutzen, um mich zu entspannen?

Wo und wann?

In der Regel eine Stunde pro Woche hier in unserer Praxis.

Pro Training meist 10 Termine außerhalb der Hamburger Ferien, dazu ein individuelles Vorgespräch sowie ein Gespräch zur Nachbereitung.

Die Teilnahme erfolgt in Absprache mit den behandelnden Ärzt:innen und Therapeut:innen. Es ist mit einer Wartezeit zu rechnen.