



Soziales Kompetenztraining

Tagtäglich treten wir in Kontakt mit anderen und es geht in diesem Training um die Frage:

- Wie kann ich selbstbewusst meine Position vertreten?**
- Wie kann ich Kritik äußern und auch entgegennehmen?**
- Wie kann ich Missverständnisse auflösen?**
- Wie kann ich Gespräche beginnen oder beenden?**

Ziel ist es gemeinsam Verhaltensweisen zu erarbeiten, die Ihnen helfen selbstbewusst Situationen zu begegnen und Ihre Beziehungen zu gestalten.

Methoden sind Gruppenarbeiten, Rollenspiele, Kurzvorträge und Diskussionen. Es besteht die Möglichkeit an eigenen Beispielen Strategien zu erarbeiten.

Ab wann? Ab 28.02.2022, montags
Anfangszeit? 13:15 Uhr
Dauer? 6 Termine je 90 min.
Teilnehmerzahl? 5 TN
Leitung? Frau Hallmann, Dipl. Psychologin

Wo? **projekt märz**, Hasselbrookstr. 52, 22089 Hamburg
Anmeldung: **040/2997755**
Voraussetzung: Nachweis über Impfung oder Genesung, 24 h zuvor neg. Testung

Ich freue mich auf Ihr Kommen!