

A „Das ist mein Leben!“

Einsatz eines Interviewleidfadens
*Ziel: Beleuchtung der Lebenssituation
Ist- und Soll Zustand erarbeiten*

B „Das bin Ich!“

Mal- und Situationsübungen und
Körperübungen: „Das kann ich gut!“
„Ich kann was!“
Ziel: Stärkung des Selbstwertgefühls

C „Ich mag mich, weil...“

Sortierung von Moderationseigenschafts-
Karten und deren Zuordnung.
*Ziel Halten eines kleinen Vortrages zum
Trainieren der eigenen Selbstsicherheit!*

D „Meine Meinung ist gefragt!“

Übung: Feedbackstern
*Ziel: Kritik annehmen können und
Positiv äußern!*

E „Ich habe mich entschieden, mich heute gut zu fühlen!“

Übung mittels Instruktionkarten: „Gute
Zeiten, schlechte Zeiten!“
Ziel: Selbstwahrnehmung, Gefühle

F „Ich stress mich nicht!“

Erstellung einer Collage
*Ziel: Beleuchtung der Gefühlswelt, um das
Gefühlschaos in den Griff zu bekommen
Ausklang mit einer Phantasiereise*

G „Ich bleibe fair“

Situationsübungen und Rollenspiele
anhand der Methode „Eisbergmodell!“
*Ziel: Eskalationen vermeiden, „Win Win“
Situationen schaffen!*

H „Da bleib ich dran!“

Konzentrationsübungen, *Ziel:*
Verbesserung des Durchhaltevermögens

I „Ich bin dann mal Offline!“

Übung „Zeitkuchen“, *Ziel:* Wegweiser für
positive Freizeitgestaltung

J „Ich habe einen Plan!“

Erarbeiten von Visionen für die Zukunft
Übung: „Zeitreise“
Ziel: Zukunftsplanung

K „Mein Traumberuf!“

Planet der Berufe „Übung mit PC,
Durchführung von Berufseignungstests
Vorstellungsgespräch mittels Video-
simulation, Bewerbung erstellen;

**Das Training für Einzelsitzungen
ist für die Module A- J auf
jeweils eine Zeitstunde
ausgelegt. Das Modul K wird auf
4 einzelne Zeitstunden
verteilt!**

Auf Wunsch können auch noch

Elterngespräche zu den Themen „Umgang mit meinem Kind!“ oder Begleitung zu Schulgesprächen stattfinden.

Sprechen Sie mit mir. Wir finden für Sie und Ihr Kind individuelle Lösungen!



**Personalberatung & Schulungen
Alexandra Suhl
Diplom-Sozialpädagogin (FH)**

Erzieherin, Kinderpflegerin, Burnoutberater
Fachkraft für Personalberatung+
Vermittlung (IHK)
Tel: 09724/9078685- Mobil 0170- 3160621
info@personal-sw.de

Termine auf Anfrage!

Ressourcenorientierter Ansatz.

Es wird an den Stärken Ihres Kindes angeknüpft.

Es geht darum die Talente und Begabungen Ihres Kindes zu fördern und dadurch deren Selbstwertgefühl zu stärken, so dass störendes Verhalten überflüssig wird.

Da dieser Ansatz alleine etwas zu kurz gegriffen ist, wird weiter ein Antiaggressionstraining mit besonders auffälligen Kindern in der Gruppenarbeit durchgeführt. Sehen Sie dazu extra Flyer für Gruppen.

Weitere Übungen im Bereich von Sinneserfahrungen ergänzen das Programm, um die Kinder und Jugendlichen sensibel für die Wahrnehmung eigener Gefühle und die Gefühle anderer zu machen und Sie somit sozial handlungsfähiger werden.

Die Interaktionsfähigkeit wird durch Übungen zur Kommunikation trainiert.

Investition für Ihr Kind:
60 Euro zzgl. Umsatzsteuer pro Zeitstunde
Enthalten ist sämtliches Material,
Vorbereitungszeit und pädagogische
Instruktionen!

Sozialkompetenztraining mit Ihrem Kind/Jugendlichen



„Ich kann was!“

Copyright by Alexandra Suhl