

Sozialtraining

Anti-Aggressionstraining für Kinder und Jugendliche

- Ihr Sohn / Ihre Tochter neigt zu Wutausbrüchen;
- ist häufig in Streitereien verwickelt;
- widersetzt sich Anweisungen und Regeln von Erwachsenen;
- versucht anderen die Schuld für eigene Fehler zuzuschieben;
- ist leicht reizbar und kann nicht gut mit Frust umgehen;
- lässt sich leicht verärgern.

Dadurch entstehen besonders Probleme in und mit der Schule, aber auch im Umfeld. Sozialverhalten als maßgebende Disziplin in der Schule kann letztendlich für Erfolg oder Misserfolg stehen.

Ziele des Trainings:

- kritische Situationen differenzierter wahrzunehmen und sich in andere einzufühlen;
- Ausdruck und Ursachen von Wut und Ärger zu erkennen;
- Konsequenzen des eigenen Verhaltens vorherzusehen;
- Selbstkontrolle aufzubauen;
- angemessene Konfliktlösungen zu finden.

Methodische Umsetzung

Durch Rollenspiele, Selbstbeobachtungsmaßnahmen, Selbstinstruktionstraining, und durch das Durchspielen kritischer bzw. subjektiv bedrohlich empfundener Situationen, werden alternative Handlungsstrategien entwickelt, eingeübt und gefestigt.

Kombination aus Einzel- und Gruppentraining, Elternberatung.