



# SOZIALES KOMPETENZTRAINING

Im Alltag wie im Berufsleben wird ein hohes Maß an sozialer Kompetenz erwartet. Das Soziale Kompetenztraining richtet sich an Personen, die sich in sozialen Situationen manchmal unsicher fühlen und sich mehr Selbstsicherheit wünschen.

Die Teilnehmer werden dabei unterstützt, berechtigte Forderungen durchzusetzen, eigene Bedürfnisse und Gefühle in Beziehungen angemessen auszudrücken sowie um Sympathien zu werben.

Wie sich gezeigt hat, kann selbstsicheres Verhalten besonders gut mit Hilfe von Rollenspielen erlernt werden. Das Training greift u. a. auf diese Methode zurück, indem in Kleingruppen zu vorgegebenen Situationen Rollenspiele mit Videofeedback durchgeführt werden.



Praxisgemeinschaft für Psychotherapie  
Jahnstraße 15, 60318 Frankfurt  
Leitung: M. Sc. Psych. Katharina Weigand

**Anmeldung:** Tel.: 069 / 669 661 70  
E-Mail: kontakt@psychpraxis.net  
**Kosten:** 245 € für Berufstätige, 195 €  
für Empfänger von Sozialleistungen,  
Studierende und Schüler



## Termine:

Das zweitägige Training findet statt am **Samstag, 05.10.** und **19.10.2019** jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr einschließlich Pausen.



# SOZIALES KOMPETENZTRAINING

---

## TEILNEHMERSTIMMEN

„Besonders gut gefallen hat mir die Struktur und dass die Inhalte verständlich und abwechslungsreich vermittelt wurden – eine gute Balance zwischen Theorie und Praxis.“

„Ich habe weniger Angst und fühle mich selbstsicherer.“

„Ein sehr gutes Konzept, alles gut durchdacht!“



## PSYCHOLOGISCHE TRAININGS & SEMINARE

---

Dipl.-Psych. Antje Pollay  
Dipl.-Psych. Martin Straka

Jahnstraße 15  
60318 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 / 669 661 70  
kontakt@psychpraxis.net  
www.psychpraxis.net