



Arbeitsdiagnostik
Rehabilitation
Betriebliche Gesundheit

Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)

ATRIUM

Nikolaus-Otto-Straße 27
55129 Mainz
Fon (06131) 90 600 700
Fax (06131) 90 600 715
atrium@gpe-mainz.de

Kontakte

Silke Darmstadt
Leiterin der ergotherapeutischen Praxis
Fon (06131) 90 600 770
silke.darmstadt@gpe-mainz.de

Ute Fragner

Diplom-Psychologin, systemische Therapeutin
Fon (06131) 90 600 740
ute.fragner@gpe-mainz.de

Informationen über alle Einrichtungen und Maßnahmen
der gpe unter www.gpe-mainz.de / Fon (06131) 669 40-0



Arbeitsdiagnostik
Rehabilitation
Betriebliche Gesundheit

Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)

ATRIUM

Nikolaus-Otto-Straße 27
55129 Mainz
Fon (06131) 90 600 700
Fax (06131) 90 600 715
atrium@gpe-mainz.de

Kontakte

Silke Darmstadt
Leiterin der ergotherapeutischen Praxis
Fon (06131) 90 600 770
silke.darmstadt@gpe-mainz.de

Ute Fragner

Diplom-Psychologin, systemische Therapeutin
Fon (06131) 90 600 740
ute.fragner@gpe-mainz.de

Informationen über alle Einrichtungen und Maßnahmen
der gpe unter www.gpe-mainz.de / Fon (06131) 669 40-0



Arbeitsdiagnostik
Rehabilitation
Betriebliche Gesundheit

Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)

ATRIUM

Nikolaus-Otto-Straße 27
55129 Mainz
Fon (06131) 90 600 700
Fax (06131) 90 600 715
atrium@gpe-mainz.de

Kontakte

Silke Darmstadt
Leiterin der ergotherapeutischen Praxis
Fon (06131) 90 600 770
silke.darmstadt@gpe-mainz.de

Ute Fragner

Diplom-Psychologin, systemische Therapeutin
Fon (06131) 90 600 740
ute.fragner@gpe-mainz.de

Informationen über alle Einrichtungen und Maßnahmen
der gpe unter www.gpe-mainz.de / Fon (06131) 669 40-0

Gruppentraining sozialer Kompetenzen

Das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) nach Hinsch und Pfingsten vermittelt soziale Fertigkeiten, mit deren Hilfe Menschen in verschiedenen Situationen ihre Ziele in optimaler Weise verwirklichen können. So werden soziale Kompetenzen trainiert, wenn es wichtig ist, um Sympathie zu werben, in nahen Beziehungen eigene Bedürfnisse adäquat anzumelden oder bei bestimmten Gelegenheiten berechtigtes Recht durchzusetzen.

Der Teilnehmer erlernt in den verschiedenartigen Situationen selbstsicheres, selbstunsicheres oder aggressives Verhalten zu unterscheiden und eigenes Verhalten zielführend zu gestalten. Dabei setzt das Training an mehreren Punkten an: Bei der Wahrnehmung und Verarbeitung einer Situation, dem sich anschließenden Verhalten und den Konsequenzen, die aus der Umwelt wieder auf die Person zurückwirken.

Methodisch kommen Rollenspiele, kognitive Techniken (z.B. Differenzierung der Wahrnehmung und der Rezeption, Unterscheidung von Gefühlen und Kognitionen, Korrektur von Wahrnehmungsverzerrungen), Entspannungstraining sowie Alltagsübungen zum Einsatz.

Ablauforganisation

- Durchführung durch Diplom-Psychologen und Ergotherapeuten
- Modular aufgebautes Programm in zehn Sitzungen
- Eine Sitzung à 90 Minuten wöchentlich
- Finanzierung über Krankenkassen oder Selbstzahler
- Anzahl der Gruppenteilnehmer: 12 - 14 Personen
- Durchführung in den Räumen des ATRIUMs

Starttermine auf Anfrage

Gruppentraining sozialer Kompetenzen

Das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) nach Hinsch und Pfingsten vermittelt soziale Fertigkeiten, mit deren Hilfe Menschen in verschiedenen Situationen ihre Ziele in optimaler Weise verwirklichen können. So werden soziale Kompetenzen trainiert, wenn es wichtig ist, um Sympathie zu werben, in nahen Beziehungen eigene Bedürfnisse adäquat anzumelden oder bei bestimmten Gelegenheiten berechtigtes Recht durchzusetzen.

Der Teilnehmer erlernt in den verschiedenartigen Situationen selbstsicheres, selbstunsicheres oder aggressives Verhalten zu unterscheiden und eigenes Verhalten zielführend zu gestalten. Dabei setzt das Training an mehreren Punkten an: Bei der Wahrnehmung und Verarbeitung einer Situation, dem sich anschließenden Verhalten und den Konsequenzen, die aus der Umwelt wieder auf die Person zurückwirken.

Methodisch kommen Rollenspiele, kognitive Techniken (z.B. Differenzierung der Wahrnehmung und der Rezeption, Unterscheidung von Gefühlen und Kognitionen, Korrektur von Wahrnehmungsverzerrungen), Entspannungstraining sowie Alltagsübungen zum Einsatz.

Ablauforganisation

- Durchführung durch Diplom-Psychologen und Ergotherapeuten
- Modular aufgebautes Programm in zehn Sitzungen
- Eine Sitzung à 90 Minuten wöchentlich
- Finanzierung über Krankenkassen oder Selbstzahler
- Anzahl der Gruppenteilnehmer: 12 - 14 Personen
- Durchführung in den Räumen des ATRIUMs

Starttermine auf Anfrage

Gruppentraining sozialer Kompetenzen

Das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) nach Hinsch und Pfingsten vermittelt soziale Fertigkeiten, mit deren Hilfe Menschen in verschiedenen Situationen ihre Ziele in optimaler Weise verwirklichen können. So werden soziale Kompetenzen trainiert, wenn es wichtig ist, um Sympathie zu werben, in nahen Beziehungen eigene Bedürfnisse adäquat anzumelden oder bei bestimmten Gelegenheiten berechtigtes Recht durchzusetzen.

Der Teilnehmer erlernt in den verschiedenartigen Situationen selbstsicheres, selbstunsicheres oder aggressives Verhalten zu unterscheiden und eigenes Verhalten zielführend zu gestalten. Dabei setzt das Training an mehreren Punkten an: Bei der Wahrnehmung und Verarbeitung einer Situation, dem sich anschließenden Verhalten und den Konsequenzen, die aus der Umwelt wieder auf die Person zurückwirken.

Methodisch kommen Rollenspiele, kognitive Techniken (z.B. Differenzierung der Wahrnehmung und der Rezeption, Unterscheidung von Gefühlen und Kognitionen, Korrektur von Wahrnehmungsverzerrungen), Entspannungstraining sowie Alltagsübungen zum Einsatz.

Ablauforganisation

- Durchführung durch Diplom-Psychologen und Ergotherapeuten
- Modular aufgebautes Programm in zehn Sitzungen
- Eine Sitzung à 90 Minuten wöchentlich
- Finanzierung über Krankenkassen oder Selbstzahler
- Anzahl der Gruppenteilnehmer: 12 - 14 Personen
- Durchführung in den Räumen des ATRIUMs

Starttermine auf Anfrage