

## Rahmenbedingungen:

Das Training besteht aus 12 Sitzungen à 90 Min. und findet im wöchentlichen Rhythmus statt.

Während des Trainings finden Elterntermine mit dem Therapeuten statt, um die individuelle Entwicklung Ihres Kindes, wie eine weiterführende Perspektive gemeinsam mit Ihnen zu erörtern. Am Ende des Trainings wird ein Abschlusstermin beim behandelnden Arzt stattfinden.

Die Motivation der Kinder wird durch ein Belohnungssystem mit Smilies während des gesamten Trainings unterstützt.

Ihr Kind bekommt bei Gruppenbeginn einen Ordner, daher erlauben wir uns einen **Unkostenbeitrag von 30,- €** für anfallende Materialien wie Mappen, Kopien, Belohnungen usw. zu erheben.

Bei Interesse nehmen Sie mit dem behandelnden Arzt Kontakt auf.

Sigrid Winter  
Heilpädagogin  
Sandspieltherapeutin (DGST)

## SOZIAL KOMPETENT HANDELN

## Impulskontrolle

Wie gelingt es mir besser mit  
**ANGST, ÄRGER, WUT**  
umzugehen ?

Für Kinder ab 6-8 Jahren



Ein kurzer Überblick über  
die Inhalte dieser Gruppe

Die Bewältigung von Konfliktsituationen setzt auf verschiedenen Ebenen soziale Kompetenzen voraus.

Manchen Kindern fällt es schwer, soziale Situationen angemessen wahrzunehmen, zu interpretieren und diese Informationen in einem sozialen Problemlöseprozess effektiv zu verarbeiten. Bei anderen Kindern lösen die jeweiligen sozialen Situationen aber auch Kognitionen aus, die in der Regel Wut und Ärger erzeugen und schließlich aggressiven Impulsen zum Durchbruch verhelfen. Wieder andere Kinder haben Defizite in den sozialen Fertigkeiten, d.h. sie verhalten sich sozial ungeschickt und es fehlt ihnen an Kompetenzen bei der Handlungsausführung.

Die Schwerpunkte dieses Trainings liegen auf der Schulung der sozial-kognitiven Informationsverarbeitung, der Entwicklung und Stärkung von Impulskontrolle, wie den Erwerb von sozialen Fertigkeiten.

### Aufbau und Inhalte der Gruppe

#### Baustein 1: Beziehungsaufbau, und Ressourcenaktivierung

- Kennenlern-Spiele

- Zeige was du gerne magst...
- Mein Punkte Plan in der Gruppe

#### Baustein 2: Kommunikation

- Erarbeiten von Kommunikationsregeln

#### Baustein 3: Beziehungsaufbau und Beziehungsgestaltung

- Rollenspiele zum Thema „Kontaktaufnahme“

#### Baustein 4: Mitfühlen

- Erkennen u. verbalisieren von eigenen Emotionen (Selbstbeobachtung)
- Empathiefähigkeit (Rollen- oder Perspektivübernahme)

#### Baustein 5: Problemdefinition

- Meine Stärken - meine Schwächen: Die Meinung anderer
- Mein Problem - mein Ziel

#### Baustein 6: Störungskonzept und Teufelskreislauf

- Erarbeitung des Problemverhaltens
- So kann es sein - so kann es werden

#### Baustein 7: Ärger- Wut und Angst Gedanken

- Entwickeln von individuellen Bewältigungsgedanken

#### Baustein 8 : Impulskontrolle

- Frühzeitiges Erkennen von Wut und Ärger
- Erarbeiten von alternativen Möglichkeiten der Selbstregulation
- „Dampf ablassen“ - erlernen von Entspannungstechniken

Um die Lerninhalte effizient in den Alltag zu übertragen, ist natürlich auch Ihre Mitarbeit gefragt. So werden die Kinder gelegentlich auch therapeutische Hausaufgaben bekommen, um das in der Gruppe Erlernte in ihren Alltag zu integrieren.