

## Leitung:

- 2 Fachkräfte der Beratungsstelle

## Anmeldung:



Ostengasse 31, 93047 Regensburg

Telefon: 09 41-79 98 20

Mail: [info@beratungsstelle-regensburg.de](mailto:info@beratungsstelle-regensburg.de)

Web: [www.beratungsstelle-regensburg.de](http://www.beratungsstelle-regensburg.de)



## SOzialKOmpetenzgruppe



Mit den eigenen Gefühlen und Bedürfnisse gut umzugehen entwickelt sich in einem lebenslangen Lernprozess. Manchen Kindern fällt es etwas leichter, manche Kinder brauchen etwas Unterstützung auf diesem Weg.

## **Ziele:**

- Gesunder Umgang mit sich selbst und den eigenen Gefühlen.
- Eigene Bedürfnisse benennen können ohne andere zu verletzen.
- Mit anderen gut umgehen können.

## **Zielgruppe:**

- Jungen und Mädchen (3. oder 4. Klasse).

## **Inhalte:**

- Gefühle einen Namen geben.
- Gefühle im Körper spüren und spielerisch ausdrücken.
- Den Einfluss von Gedanken auf Gefühle und Verhalten kennen lernen.
- Gemeinsam Ideen für den Umgang mit schwierigen Situationen entwickeln und ausprobieren.

## **Gruppengröße:**

- bis zu 4 Kinder

## **Ablauf/Termine:**

- Vorgespräch mit den Eltern, dann ein Gespräch mit Eltern und Kind gemeinsam.
- ca. 11 Gruppentreffen à 75 Minuten oder  
als Feriengruppe (Blockwoche)  
1 Woche täglich 2,5 Stunden

**Das Angebot ist kostenfrei!**