

Stark im Team - soziales Kompetenztraining

für junge Erwachsene

WEIL MITEINANDER KEIN ZUFALL IST



Wann: Samstags 27.06. / 04.07. / 18.07.2026

Uhrzeit: jeweils von 10:00 bis 13:30 Uhr

Wo: Lindengasse 5/Tür 6, 1070 Wien

Kosten: € 540,- für 12 EH á 45 Minuten

(1 Einheit à 45 EUR)

Anzahl: max. 8 Personen

Anmeldeschluss: 31.05.2026

Anmeldung per Mail:

office@psychotherapie-nussbaumer.at oder

praxis@psychotherapie-tonkovic.at

SOZIALES KOMPETENZTRAINING

DU MÖCHTEST DEINE SOZIALEN FÄHIGKEITEN VERTIEFEN ODER GANZ NEU EINSTEIGEN? HIER DREHT SICH ALLES UM SPANNENDE THEMEN DES MITEINANDERS- PRAXISNAH UND INTERAKTIV.

WAS ERWARTET DICH?

Wir arbeiten gemeinsam an wichtigen Themen des Miteinanders:

- **1. Termin - Einführung in soziale Kompetenzen:** Wir lernen uns und unsere sozialen Kompetenzen kennen.
- **2. Termin - Kommunikation und Konflikte:** Denn Konflikte entstehen, wenn Bedürfnisse oder Meinungen aufeinandertreffen. Lerne die unterschiedlichen Kommunikationswege kennen.
- **3. Termin - Grenzen setzen:** Wie kann ich eigene Grenzen klar setzen, die von anderen respektieren und gleichzeitig einfühlsam bleiben?

FÜR WEN?

- Perfekt für alle Interessierte, die ihre sozialen Kompetenzen stärken wollen.

Mit Rollenspielen, Gruppenübungen und kurzen Inputs schaffen wir eine sichere Lernumgebung, in der du dich ausprobieren kannst. Ohne Druck, aber mit viel Praxisnähe und Freude an der Zusammenarbeit.

Verhaltenstherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision

Pia Nussbaumer

0660 43 69 483

www.psychotherapie-nussbaumer.at

Helena Tonkovic

0664 46 103 47

www.psychotherapie-tonkovic.at