



Kinderhilfswerk
Gemeinsam mehr bewirken



© 2023 freepik.com/pch.vector

SOZIALE KOMPETENZ GRUPPE FÜR JUGENDLICHE

Jugendliche können sich im Rahmen dieser Gruppe mit Ihren individuellen Themen und Sorgen beschäftigen. Dabei wird den Jugendlichen ermöglicht, sich selbst besser kennenzulernen und sich emotionale Herangehensweisen an Probleme, in einem geschützten Umfeld, anzueignen. Gemeinsam erarbeiten sie Kompetenzen im Umgang mit sich selbst und anderen. Soziale Fertigkeiten werden erlernt und gestärkt.

Ziele der Gruppe sind

- ♥ störende und selbstschädigende Handlungen zu identifizieren und verstehen zu lernen
- ♥ sich mit derzeitigen Situationen sowie Herausforderungen zu beschäftigen und Zusammenhänge zu verstehen
- ♥ sich den eigenen Herausforderungen zu stellen und an diesen zu wachsen
- ♥ die verschiedenen Emotionen kennen zu lernen und diese besser zu regulieren
- ♥ die innere Achtsamkeit und Selbstfürsorge zu schulen
- ♥ das Zusammenleben mit sich und anderen langfristig zu verbessern

PSYCHISCHE GESUNDHEIT FÖRDERN

Österreichweit zeigen bereits fast ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen psychische Auffälligkeiten. Sie leiden unter anderem an **Depressionen, Ängsten oder Verhaltensauffälligkeiten**. Nur jede*^r Zweite bekommt professionelle Hilfe.

Gemeinsam mit unseren Unterstützer*innen und Fördermitgliedern sorgen wir dafür, dass Kinder, die seelisch und emotional belastet sind, die notwendige Unterstützung erhalten.

Die Teilnahme an der Gruppe ist für die Jugendlichen kostenlos!

Information, Kontakt & Anmeldung

Gruppenleitung

Mag. Ingrid Teodor
»Individualpsychologin
»Kinder & Jugendlichen Psychotherapeutin

Zeitlicher Rahmen

Beginn: nach Vereinbarung
Wöchentlich: Montags 17:00 – 18:30

Zielgruppe

Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Ort

Kinderhilfswerk Linz
Garnisonstraße 17/C2, 4020 Linz

E-Mail

linz@kinderhilfswerk.at

www.kinderhilfswerk.at
[instagram.com/kinderhilfswerk](https://www.instagram.com/kinderhilfswerk)
[facebook.com/kinderhilfswerk.at](https://www.facebook.com/kinderhilfswerk.at)