



KONFLIKT

Wut, Ohnmacht, Frust, Scham, Ärger, Angst, Trauer

KOMPETENZ

Empathie, Mut, Perspektivwechsel, Emotionsregulation

TRAINING

Ressourcen, Prozess, Ziel, Lösung, Personenzentriert



Köln

jobcenter
KÖLN

Das Konflikt Kompetenz Training

Das Training ist ein ganzheitliches Verhaltenstraining, das sich mit den Voraussetzungen eines gewaltfreien Lebens in der sozialen Gemeinschaft befasst.

Wir arbeiten intensiv mit unseren Teilnehmer*innen an eigenen Zielen und Interessen, beschäftigen uns mit Prozessen der Kommunikation und Konfliktlösung und trainieren praxisnah sozial kompetentes Verhalten.

Wen möchten wir ansprechen?

Menschen, die unzufrieden sind und etwas ändern wollen.

Menschen, die einen konstruktiveren Umgang mit frustrierenden Situationen finden und gelassener werden wollen. Menschen, die ihre Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit verbessern wollen. Menschen, die erlernen wollen, ihre Anliegen gegenüber anderen zu vertreten, ohne eigene oder fremde Grenzen zu verletzen. Menschen, die einen besseren Umgang mit Gefühlen erlernen wollen.

Auf einen Blick

- Für Personen ab 16 Jahren
- Einzel- und Gruppensitzungen 1 x wöchentlich
- max. 8 Teilnehmer*innen
- 2 Trainer*innen
- Trainingsdauer: bis 6 Monate

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin. Wir freuen uns auf Sie.

Aleksandra Jasinska

Diplom Psychologin

☎ 0221-88810-152

✉ jasinska@awo-koeln.de

Merle Günter

M.Sc. Rechtspsychologie

☎ 0221-88810-158

✉ guenter@awo-koeln.de

Anfahrt mit der U-Bahn: Linie 3, 4 oder 5 bis Haltestelle Hans-Böckler-Platz.

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Köln e.V.

Venloer Wall 15, 50672 Köln

www.awo-koeln.de