



Soziale Kompetenz als dynamische Balance
zwischen Selbstverwirklichung und Anpassungsverhalten

Methoden:

- Übungen in Groß- und Kleingruppen
- Rollenspiel
- Hausaufgaben
- Expositionstraining

Themenauswahl:

- Soziale Ängste
- Kommunikation
- Lob, Kritik
- Abgrenzung
- Konflikte
- Schwierige Situationen
am Arbeitsplatz oder im
privaten Umfeld

