



Selbstbehauptung und Verhaltenstraining

Das Angebot richtet sich vorwiegend und inklusiv an alle, die aufgrund ihrer kognitiven und körperlichen Beeinträchtigungen oft in die Opferrolle gedrängt werden.

Das Training dient zur Entwicklung von sozialen Kompetenzen und Durchsetzungsvermögen mit folgenden Inhalten:

- „Halt“ und „Nein“ sagen können.
- Vertreten eigener Forderungen mit Nachdruck platzieren.
- Wahrnehmen eigener Stärken und Schwächen.
- Selbst- und Fremdbilder entwickeln.
- Trainieren von Strategien, um eigene Interesse benennen und besser durchsetzen zu können.

Termin: Jeden 3. Donnerstag im Monat von 18:30 - 20.00 Uhr

Ort: Sporthalle Hans-Claussen-Schule, 25421 Pinneberg
Eingang über die Friedenstraße/Ostermannweg

Voraussetzungen der Teilnehmenden

- Mitgliedschaft in der Fitness-Sparte des SCP.
Ein Schnuppertraining ist natürlich möglich...
Ansprechpartner: Andreas Witten - 0160 1007770
andreas.witten@t-online.de



INTERESSE?

Dann meldet Euch an!

Mehr zu unserem Verein erfahrt Ihr unter
www.sport-club-pinneberg.de oder hier:

