

**Ab September 2019**

**Kursleiterin:** Reo Alt  
Sozialarbeiter,  
ADHS-Berater/-Coach

**Ort** Wilemattstrasse 10, Sursee

**Kosten**  
Mitglieder Pro Semester: Fr. 290.--  
Nichtmitgli. Pro Semester: Fr. 350.--

**Anmeldung an die Beratungsstelle**



## Sozialkompetenz-Training für Jugendliche

Wenn Jugendlichen Mühe haben ihre Gefühle zu erkennen und zu kontrollieren, folgen Frust, Angst und Aggressionen. Daraus zeigen sich Beziehungsprobleme unter Gleichaltrigen, Geschwistern, Lehrern und Eltern. Spielerisch und alltagsnah werden wir in der Kleingruppe das soziale Verhalten fördern und stärken.

### Trainingsinhalte:

**Selbstvertrauen, Frustrationstoleranz, Offenheit, Ehrlichkeit, Kontakt-, Kritik- und Kompromissfähigkeit sowie die Durchsetzungskraft und das ICH / WIR.**

### Daten für für Jugendliche der Oberstufe und Lehre; «Fit for Life»

14.09. / 19.10. / 09.11. / 30.11. / 14.12.2019.

Samstag Morgen, 10.00- 12.00 Uhr

### Elternabend: 19.09. um 19.30 Uhr in Sursee

Einladung zum Informations- und Austauschabend mit Reo Alt

**Du hast es in der Hand.  
Dein Mut wird dich belohnen!  
Sei herzlich willkommen.**

