

DBT Skillstraining

Für Jugendliche mit Emotionsregulationsstörungen wie z.B. mit selbstschädigendem/ selbstverletzendem Verhalten und Essstörungen. Wir arbeiten in der Gruppe nach der Methodik der Dialektisch Behavioralen Therapie für Jugendliche.

Ziel ist es, dass die Jugendlichen mehr Selbstwirksamkeit/ Kompetenz im Umgang mit ihren individuellen Problemen bekommen.

Das Fertigkeitentraining umfasst folgende Themenschwerpunkte: Selbstwert, innere Achtsamkeit, Körperwahrnehmung, Stressbewältigung, Emotionsregulation, zwischenmenschliche Fertigkeiten.

Das Training umfasst ca. 14 Einheiten a 100 Minuten, die wöchentlich angeboten werden.

Kindergruppe „Gemeinsam Lernen lernen“

Das Trainingsprogramm richtet sich schwerpunktmäßig an Kinder mit einer ADHS/ ADS Diagnose und konzentriert sich auf die Verbesserung von Aufmerksamkeit, Konzentration, Selbstmanagementprozesse und Sozialverhalten.

Die Stärkung des Selbstwertes sowie das Hervorheben der individuellen Ressourcen der Kinder steht im Vordergrund.

Das Gruppenangebot richtet sich an Kinder im Grundschulalter. Die durchschnittliche Gruppengröße beträgt 4-5 Teilnehmer. Die Kindergruppe setzt sich aus 14 Trainingseinheiten à 90 Minuten zusammen, welche wöchentlich angeboten werden.

Gruppe für Kinder- und Jugendliche aus Trennungs- und Scheidungsfamilien

Ziel des Gruppenangebotes ist die Vermittlung von Sichtweisen des Trennungs- und Scheidungsprozesses, durch die die Kinder sich besser in der neuen, für sie beunruhigenden Situation zurechtfinden können. Die Förderung der gegenseitigen Solidarität der betroffenen Kindern sowie die Vermittlung und Einübung von Bewältigungsstrategien stehen im Mittelpunkt.

Bei Anmeldung unterschiedlicher Altersgruppen, werden die Gruppen altersspezifisch gebildet.

Das Training umfasst ca. 14 Einheiten a 100 Minuten, die wöchentlich angeboten werden.

Gruppe für Jugendliche zur Stärkung von Selbstvertrauen und sozialer Kompetenz

Ziel ist es über viele praktische, Verhalten modifizierende Übungen in der Gruppe aus den Bereichen von Achtsamkeitstraining, Körperarbeit und Theatertherapie mehr Mut und Zutrauen zu sich selbst und für sein Tun zu entwickeln.

Das Gruppenangebot umfasst ca. 14 Einheiten a 100 Minuten, die wöchentlich angeboten werden.

Kindergruppe „Nur Mut“!

Das Gruppenangebot richtet sich an Kinder, die ihre Ängste besser bewältigen und mehr Unbekümmertheit, Gelassenheit, Zuversicht und Mut entwickeln möchten.

Das Gruppenangebot umfasst ca. 14 Einheiten a 100 Minuten, die wöchentlich angeboten werden.

Bitte senden oder mailen Sie diesen Abschnitt an:

Adresse: Praxis KJP
Ellen Orbke
Rathausstr. 2
33699 Bielefeld

E-Mail: Ellen.orbke@web.de

Ich hätte gern mit meinem Sohn/ Tochter....., Alter: ein Erstgespräch zur Teilnahme an folgendem Gruppenangebot:

- DBT Skillstraining
- Kindergruppe gemeinsam lernen lernen
- Gruppe für Kinder und Jugendliche aus Scheidungs- und Trennungsfamilien
- Gruppe für Jugendliche zur Stärkung von Selbstvertrauen und sozialer Kompetenz
- Kindergruppe „Nur Mut!“

Name:
Telefonnr.:

Adresse:
Emailadresse: