



Mutig werden mit Til Tiger

Ein Soziales Kompetenztraining für unsichere,
ängstliche und schüchterne Kinder
von 5 bis 9 Jahren

Psychologische Praxis

Mag. Regina Engleder

Klinische- und Gesundheitspsychologin
Kinder- Jugend- und Familienpsychologin

Hagenstraße 10a

4040 Linz

Tel.: 0650 5231567

e-mail: regina.engleder@inode.at

Zeiten für Diagnostik/Beratung/Training:
Montag, Zeit nach Vereinbarung



Wenn Ihr Kind schüchtern und sozial unsicher ist, dann hat es vielleicht ...

- ... Schwierigkeiten, mit anderen Kindern in Kontakt zu treten
- ... Schwierigkeiten, etwas vor einer Gruppe zu sagen
- ... Probleme, sich gegenüber anderen zu behaupten und sich gegenüber Hänseleien zu wehren
- ... wenig Zutrauen zu sich selbst
- ... Ängste, z.B. in der Gegenwart Erwachsener, in neuen Situationen usw.

Ich traue mich, „NEIN“ zu sagen

Ich traue mich, ein anderes Kind anzusprechen



Ich traue mich, vor einer Gruppe zu sprechen

Ich traue mich zu sagen, was ich mag und nicht mag

Der schüchterne Til Tiger, die Handpuppe, hat diese Schwierigkeiten auch. Im Training aber verliert er gemeinsam mit den Kindern seine Unsicherheit, ist bereit Neues zu lernen und auszuprobieren und wird in den verschiedensten Situationen mutiger und selbstbewusster.

Im Til Tiger Training lernen die Kinder schrittweise mehr Selbstvertrauen, praktische Handlungsstrategien und Entspannungsmethoden für den Alltag. Sie üben in Rollenspielen die besprochenen Inhalte und setzen die gelernten Erfahrungen in Aufgaben für zu Hause um.

Ziele

- Steigerung des Selbstbewusstseins und Selbstvertrauens
- Wahrnehmung der eigenen Gefühle
- Verbesserung der Kontaktfähigkeit
- Verringerung der sozialen Unsicherheit und Ängste
- Erwerb von Techniken der Stressbewältigung und Entspannung

Ablauf

Vorgespräch mit den Eltern, Diagnostik mit dem Kind

11 Trainingsstunden

2 Einzelstunden

Kennenlernen des Trainings
Vorbereitung auf die Gruppe

9 Gruppenstunden

mit 4 bis 6 Kindern

Zeiten

1x wöchentlich
nach Vereinbarung

