

Stærk i mødet med andre

Kender du til følelsen af, at andre ikke helt forstår, hvad du siger? Måske føler du dig ofte misforstået i mødet med den anden. Måske føler du, at du ikke får sagt det, du vil, på den måde, du kunne ønske dig.

I gruppen arbejder vi med, hvordan vi fremstår i mødet med andre. Vi undersøger, hvordan vi kan stå ved os selv og samtidig skabe en bedre relation til andre.

Der er en gennemgående socialpædagogisk vejleder, som sørger for et fortroligt rum, hvor vi kan øve os og blive klogere på os selv og hinanden.



I gruppen får du:

- Viden om samtaler og kommunikation
- Indsigt i de sociale spilleregler og øvelse i at spille med
- Redskaber til at undgå konflikter
- Et blik udefra på dine styrker og svagheder i mødet med andre
- Træning i at samtale og få sagt din mening i respekt for andre

Stærk i mødet med andre er for dig, der har svært ved at falde naturligt i snak med andre i sociale sammenhænge. Det kan også være, at du vil blive bedre til at klare formelle møder på egen hånd, for eksempel hos lægen, med arbejdsgiver, i banken eller andet.

Praktisk

Dag	Tid	Antal mødegange	Sted
Torsdag	10:00-12:00	12	Linde Alle 7

Det er den samme vejleder, der er med i hele gruppeforløbet. Du kan altid bede om at hilse på vejlederen, inden du starter i gruppen.

Tilmelding

Er gruppeforløbet noget for dig eller en, du kender?

Tal med din kontaktperson i Brydehuset om gruppen og dine muligheder for at deltage.

Har du ikke en kontaktperson, kan du ringe til os på 4477 2100 eller skrive en mail på dinsocialeindgang@balk.dk. Du kan også komme forbi vores lokaler på Linde Allé nr. 7 i Ballerup.

Sammen finder vi ud af, om gruppen er det rigtige for dig.