

Informatie Sova training 18+

Deze training heeft als doel je sociale en communicatieve vaardigheden te verbeteren. Je leert om makkelijker contact te leggen, beter te verwoorden wat je bedoelt en om hulp te vragen en complimenten te geven of te ontvangen. Op deze manier wordt je zelfverzekerder en kun je jezelf beter uiten. We gaan samen oefenen in een veilige omgeving.

Onderwerpen zijn:

- Uitleg over basisprincipes over communicatie
- Contact leggen
- Contact onderhouden
- Gesprekken voeren
- Hulp vragen
- Complimenten geven
- Omgaan met kritiek
- Gevoelens uiten
- Opkomen voor jezelf
- Grenzen ontdekken en aangeven

Aanmelden via: kennisbank@autismepunt.nl

Aantal keer: 1 intake+ 12 bijeenkomsten + 1 evaluatie

Frequentie: Eén keer per week (m.u.v. vakantie en feestdagen)

Dag en tijdstip: woensdag 18.00-19.30 uur

Groepen maximaal: 6 tot 8 deelnemers (groep gaat door bij minimaal 4 deelnemers)

Locatie: Lupinestraat 14, 5614 GM Eindhoven

Prijs: Kan betaald worden vanuit ZIN/PGB of door zorgverzekeraar.

Belasting: opdrachten om in de thuis/school/werksituatie te oefenen

Info; kennisbank@autismepunt.nl