

# SOKO-TRAINING



**Das Angebot für Mädchen  
die ihren Selbstwert  
stärken wollen**

# Das Training

Der Kurs findet 2x jährlich statt.  
Die Durchführung ist garantiert.

Gearbeitet wird an 6 Terminen à 2 Stunden in einer Gruppe von Mädchen der 1. und 2. Oberstufe, begleitet durch Fachpersonen der **Jumpin Jugendberatung**.

Um die Kursziele zu erreichen, werden verschiedene Formen (Einzel- und Gruppenarbeiten) und Methoden (Übungen, Rollenspiele usw.) angewendet.

# Für wen eignet sich das Sozialkompetenz-Training?

Für Schülerinnen der 1. und 2. Oberstufe, die

- ihren Selbstwert stärken wollen
- ihre Kommunikationsfähigkeit erweitern möchten
- Lust haben ihre persönlichen Stärken und Bewältigungsstrategien kennenzulernen
- ihr Verhalten reflektieren wollen und an Veränderungszielen interessiert sind
- bereit sind Neues auszuprobieren

**praevention@win.ch**  
**stadt.winterthur.ch/soko**

**052 267 63 80**

