



GRUPPENANGEBOT 2023

I am an Autistic hero -

und was ist deine Superkraft?

Hier wird ein Raum geschaffen, in dem sich Gleichgesinnte an einem sicheren Ort treffen können, Vertrauen fassen und sich austauschen können, wie sie den Alltag gut bewältigen können – wo gibt es Hindernisse, was ist hilfreich, welche Strategien könnten noch erlernt werden? In einer geschützten, aber dennoch lockeren Atmosphäre darf hier jeder so sein wie er ist – mit all seinen Facetten. Dabei gibt es Theorie-Inputs, Übungen, Diskussionsrunden,... um mit Hindernissen noch besser umgehen zu können – ohne sich verbiegen zu müssen. Natürlich bleibt genug Platz, um eigene Themen einbringen zu können.

Denn – du bist nicht allein, und ein Austausch unter anderen SuperheldInnen, die vielleicht schon Strategien für Dinge haben, mit denen du noch kämpfst, kann sich als bereichernd und erleichternd gestalten – und der Spaß wird dabei nicht zu kurz kommen.

Worum geht's? Was macht „Autistic Heroes“ so besonders? Ressourcenarbeit, Entspannungsverfahren, Skills zur Emotionsregulation, Soziales Kompetenztraining, Stressmanagement, Entspannungstraining, Krisenmanagement, Erfahrungsaustausch, leichter Umgang mit „neurotypischen Mitmenschen“ 😊

Für wen? Für alle Autistic Heroes ab 15 Jahren

Kosten: 65.- pro Einheit (inkl. Arbeitsmaterial)

Wann: Freitag, 18:30-20:00

Termine Wintersemester: 13.1., 27.1., 10.2., 24.2., 10.3., 24.3., 31.3., 14.4., 28.4., 12.5.2023 (weitere Termine in Planung)

RAHMENBEDINGUNGEN

Anmeldung ab sofort möglich unter info@yvonne-fischer.at oder 0676/ 3429670 (bitte auf die Mailbox sprechen oder eine SMS senden, wenn ich nicht erreichbar bin – ich rufe ehestmöglich zurück). Der Platz ist nach Anmeldung (Anmeldeformular wird zugesandt) und Eingang der Zahlung für die erste Einheit fixiert.

Um eine stabile Gruppe und damit angenehme Rahmenbedingungen zu schaffen, wo Kontinuität und Vertrauen gewährleistet werden kann, gelten Anmeldungen immer pro Semester (Februar-Juni/ Jul-September/ Oktober-Februar zu den angegebenen Terminen). Die Gruppe findet ab 3 TeilnehmerInnen statt, maximale Anzahl: 8 Personen.

Wo? Psychologische Praxis Mag. Yvonne Fischer; Antonsgasse 12; 2500 Baden

Mag. Yvonne Fischer

Klinische und Gesundheitspsychologin (Kinder, Jugendliche, Familie)

www.yvonne-fischer.at