

Gruppenangebot für Erwachsene

Soziale Kompetenz Gruppe für Erwachsene (einfache Sprache)

Ziele: Bearbeitung von Sozialen Themen und Förderung von lebenspraktischen Inhalten (z.B. Gastgeberrolle) in einfacher Sprache.

Zielgruppe: Erwachsene im Autismus-Spektrum.

Zusammensetzung: Fünf bis acht Personen.

Termine: Ca. 10 Termine à 90 bzw. 120 Minuten.

Angeleiteter Stammtisch

Ziele und Inhalte: miteinander ins Gespräch kommen, Austausch über alltägliche Erlebnisse und Herausforderungen.

Zielgruppe: Erwachsene im Autismus-Spektrum.

Zusammensetzung: Fünf bis neun Personen; Moderation durch eine Psychologin bzw. einen Psychologen als Unterstützung in der Gesprächsführung und bei der Bearbeitung von Themen.

Termine: Ca. 14 Termine à 120 Minuten über das Schuljahr verteilt.

Psychoedukationsgruppe für Erwachsene

Ziele und Inhalte: Wissenserwerb über die eigene Autismus Diagnose. Förderung der Selbstakzeptanz und des Selbstmanagement durch ein besseres Verständnis der eigenen Diagnose.

Zielgruppe: Autistische Erwachsene Personen, die ihr Wissen zum Thema Autismus vergrößern wollen.

Zusammensetzung: Maximal zehn Personen im Autismus-Spektrum.

Termine: 6 Termine von 08:30–12:00 Uhr.

Umgang mit Stress und sozialen Situationen

Ziele und Inhalte: Besserer Umgang mit Stress und ein sicheres Verhalten in sozialen Situationen und Konflikten

Zielgruppe: Erwachsene mit hochfunktionalem Autismus. Identifikation mit der eigenen Diagnose als Voraussetzung.

Zusammensetzung: Sechs bis acht Personen im Autismus-Spektrum.

Termine: Ca. 10 Termine à 90 bzw. 120 Minuten.