
Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Was ist soziale Kompetenz?	3
2.1	Definitionen	3
3	Wie entwickeln sich soziale Kompetenzen?	5
4	Wodurch sind soziale Kompetenzen beeinflussbar?	9
5	Welche Störungsbilder gibt es?	15
5.1	Sozial unsicheres Verhalten	15
5.2	Aggressiv-oppositionelles Verhalten	17
5.3	Bindungsstörungen	20
6	Was passiert, wenn „nichts passiert“?	23
6.1	Analyse eines Teufelskreises	23
6.2	Auswirkungen auf die Familie	27
7	Welche Therapieansätze gibt es?	29
7.1	Konfrontationsverfahren	30
7.2	Systematische Desensibilisierung	30
7.3	Rollenspiele	31
7.4	S-O-R-C-K Modell	32
7.5	Kognitive Ansätze und Gesprächsführung	33
7.6	Stressreduktion durch verschiedene Entspannungsverfahren	33

8 Wie kann die Umgebung positiv unterstützen?	35
Was Sie aus diesem Essential mitnehmen können	39
Literatur	41