



Vredeshåndtering

VOLDSOMME UDBRUD, AGGRESSIVE UDFALD, "DET KLIKKEDE", HEFTIGE KONFLIKTER. FOR NOGLE MENNESKER ER DET SVÆRT AT STYRE SIN VREDE, VREDEN GÅR UD OVER ANDRE OG HAR STORE OMKOSTNINGER. DEN LILLE ENHED TILBYDER VREDESHÅNTERINGSKURSUS SÅ MAN LÆRE AT KONTROLLERE SIN VREDE.

Målgruppen

Borgere der har brug for hjælp til at kontrollere sin vrede. Ofte vil der være en historik med vredeudbrud – enten på arbejdspladser, i kontakten til offentlige institutioner eller i eget privatliv. Borgeren har et ønske om at lære at kontrollere sin vrede.

Metode

Den Lille Enheds vredeshåndteringskursus er en videreudvikling af ART (Aggression Replacement Training). Ved brug af tilknytningsteori og den eksistentielle videnskabsteori, får kursisten trænet sine sociale færdigheder. Udvikling af etik og moral er væsentlige elementer heri. Kursisten vil lære sammenhængen mellem egne "udløsere", følelser og adfærd og den vej igennem få redskaber til at håndtere sin vrede. Ved hjælp af kursistens egne erfaringer og handlinger, deltager han/hun aktivt i rollespil. Metoden åbner op for egen-refleksion og underviser kan give konstruktive værktøjer til mestring af lignende situationer.

Indhold

- 10 ugers forløb
- Fremmøde 1 gang ugentligt
- Foregår individuelt
- Afsluttende rapport med beskrivelse af effekt
- Kurset kan med fordel kombineres med andre indsatser

Effekter

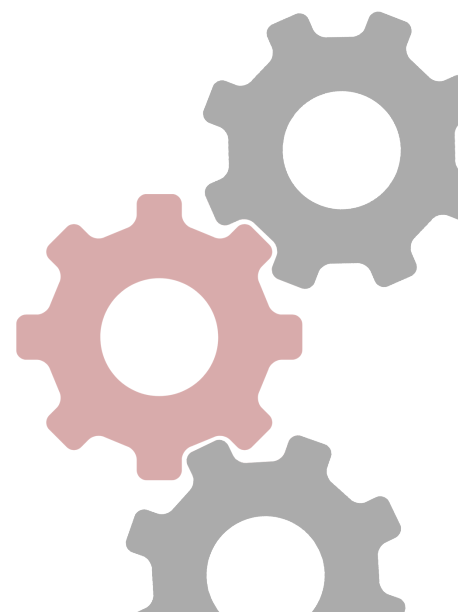
- Borger har fået større indsigt i sammenhængen mellem "udløsere", følelser og handlinger
- Borger kan gøre brug af sin indsigt på arbejdspladser og i privatlivet.
- Borgerens mulighed for at undgå afbrudte forløb pga. konflikter mindskes og chancen for varig selvforsørgelse øges.

Opfølgning

I samarbejde med visiterende enhed aftales opfølgningshyppighed i forhold til fremmødeskema, statusskriv, opfølgningsmøder m.m.

Pris

Pr. forløb 9.800, -



For yderligere information eller henvisning kontakt:

Younes Dahdouh
kontakt@denlilleenhed.dk
81715797
www.denlilleenhed.dk
CVR 44 31 72 65