



warmherzig

wachsam

wehrhaft

wendig

Stabilität

Überblick

Durchsetzungsfähigkeit

Anpassungsbereitschaft

Affekt-Kontroll-Training (A.K.T®) - Haltungsschulung und Handlungsansätze für den beruflichen Alltag

MitarbeiterInnen in sozialen Berufen sind in ihren Arbeitsfeldern oft belastenden Situationen (Gewalt, Mobbing, Personalmangel, ...) ausgesetzt und müssen damit fertig werden. Affekt-Kontroll-Training® (A.K.T.®) gibt ihnen die Möglichkeit auch in schwierigen Situationen die Handlungshoheit zu behalten und beugt Belastungserkrankungen vor.

Affekt-Kontroll-Training ist ein geschütztes System mit standardisierten Lerninhalten. Es wurde von Gertrud Schröder und Thomas Brendel Ende der 80er Jahre entwickelt und seither von der Bundesarbeitsgemeinschaft Evangelische Jugendsozialarbeit (BAG EJSÄ) begleitet. www.affektkontrolltraining.de

In Anlehnung an die Tierstile asiatischer Kampf- und Bewegungskünste (Bär, Kranich, Tiger, Schlange) werden Stabilität, Überblick, Durchsetzungs- und Anpassungsfähigkeit trainiert. Die so gewonnenen Erfahrungen werden in den Alltag übertragen und mit Hilfe von systemischen und ressourcenlösungsorientierten Ansätzen reflektiert und nutzbar gemacht.

Sie brauchen aber dafür keinerlei Vorkenntnisse oder besondere Fähigkeiten.

Erwartet werden:

- Bereitschaft zu Bewegung und körperlichem Kontakt
- Bereitschaft zu selbständigem Lernen und Arbeiten
- Bereitschaft zur Selbsterfahrung
- physische und psychische Gesundheit

Da der Mensch ein ganzheitliches Wesen ist, werden mittels Körperarbeit auch Affekt(kontrolle), Kognition und Geist trainiert. Ziel ist es, seine Handlungsoptionen im Umgang mit belastenden, schwierigen Situationen zu erweitern.

Die Weiterbildung schließt mit einem Teilnahmezertifikat ab. Bei Interesse kann nach Absprache mit der Seminarleitung in einem 5. Modul (Prüfung und Abschlussarbeit) die A.K.T.® Trainerlizenz erworben werden.

Termine

09.-11. März 2018

01.-03. Juni 2018

21.-23. September 2018

16.-18. November 2018

Leitung:

Ramona Huger, Dipl.-Sozialarbeiterin (FH), Affekt-Kontroll-Trainerin®, Coach (nach DGfC)

Hans-Jürgen Meurer, Sozialarbeiter (FH), Affekt-Kontroll-Trainer®, Mastercoach (nach DGfC)

Umfang:

76 Ustd., 4 Module an 12 Tagen (jeweils Freitag-Sonntag)

Information über ein Probetraining vorab unter: affektkontrolltraining-dresden@email.de