



Vredeshåndtering

Gruppeforløb for unge og deres forældre

Diamantforløb; **Vredeshåndtering**

Gruppeforløb for unge og deres forældre
Diamantforløbet er et undervisningsforløb, der handler om at blive bedre til, at få kontrol over sin vrede og sit tempervament.

Vores udgangspunkt er at det er okay, at være vred og have svære følelser” – vi beskæftiger os med hvordan vi lærer at kontrollere dem.

Målgruppe

Unge mellem 13 – 17 år, hvor temperament og vrede fylder meget, enten indadtil eller udadrettet.

Det kan også være unge der ikke umiddelbart har et vredesproblem, men bevæger sig i bekymrende miljøer, hvor uhensigtsmæssige aktiviteter er dominerende.

Det er, som udgangspunkt, en forudsætning for deltagelse på kurset, at én eller begge forældre deltager aktivt.

Formål

- At forstå vreden og skabe eftertanke og omtanke hos de unge.
- Viden der kan få den unge til at handle anderledes.
- Diamantforløbet skaber ikke mirakler, og kursisterne på forløbet kommer ikke ud som nye mennesker, men forhåbentlig har de tilegnet sig nogle nye og mere hensigtsmæssige håndteringsstrategier.

Tilmelding og mere info

For at få mere info eller komme på deltagerlisten kontaktes Tidlig Forebyggelse (Se bagsiden)
Vi starter Diamantforløb, så snart vi har nok deltagere.

Vi har fokus på en relevant aldersopdeling.





Tidlig Forebyggelse

Storegade 30
6200 Aabenraa

Tlf. 73 76 71 11

Tidligforebyggelse@aabenraa.dk

www.tidligforebyggelse.dk