

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Tid: Den 22.-23. januar
Program: Ankomst og kaffe kl. 10.15 - 10.30
Afslutning: Kl. 13 med udlevering af lunchbox og kildevand

Underviser

Liselotte Rask, er speciallærer og socialpædagog. Arbejder som souschef på Herrestrup Skole og Videnscenter og er tidligere pædagogisk skolekonsulent i PPR i Københavns Amt med området autisme og ADHD.

Liselotte Rask har gennem mange år arbejdet på specialskolen Kasperskolen og STU Maglemosen samt været ansat i Furesø PPR. Hun har arrangeret kurser gennem de sidste 20 år for lærere og pædagoger inden for området.

Liselotte Rask har uddannet sig inden for TEACCH ved University of North Carolina. T-TAP TEACH er et nyudviklet pædagogisk redskab, der systematisk kan vurdere de uddannelsesmæssige, erhvervmæssige og daglige færdigheder hos eleverne. Det styrker elevernes selvbevidsthed og selvbestemmelse i forhold til egne ressourcer og interesser.

Liselotte er uddannet i "Cool kids", som er et videnskabeligt baseret og effektivt angstbehandlingsprogram.

Deltagerbevis

Der udstedes et kursusbevis efter hvert modul. NB. Modulerne kan tages i tilfældig rækkefølge.

Sted

Hotel Plaza
Østre Stationsvej 24
5000 Odense

Tilmelding

Kun på www.udannelsesforbundet.dk

Pris:

Særlig pris ved hurtig tilmelding
Tilmelding senest den 11. november • særpris 3.500 kr.
Tilmelding senest den 16. december • pris 4.500 kr.
Inkl. forplejning og overnatning i enkeltværelse

Bliver du forhindret og må melde afbud efter 16. december, opkræver vi et afbestillingsgebyr på 50 % af deltagerprisen. Du er velkommen til at overdrage din plads til en anden.

PROGRAMINDHOLD

"Alt kan lykkes, hvis viljen til at ville er større end frygten for at fejle..."

Vi ved, at en del af de unge, vi møder på ungdomsuddannelser, lever med angst.

Op vi ved, at de dermed bliver forhindret i at leve det ungdomsliv, de ønsker, og de har svært ved at få skoledagen til at hænge sammen.

Men ved vi, hvad angst er?

Alle mennesker kan føle angst en gang imellem og kalder det for eksempel bekymring, stress, frygt og nervøsitet. På kurset går vi dybere ned i begrebet og bliver klogere på, hvad årsagen til angst er, hvordan man reagerer fysisk og mentalt, og hvornår det griber voldsomt og invaliderende ind i den unges liv.

Men vi bliver også klogere på, hvad der kan gøres. Der findes nemlig behandlingsforløb, der hjælper de unge. De handler overordnet om, hvordan vi hjælper dem til langsom kognitiv omstrukturering af deres adfærd, og de er baseret på evidens. Det angstprogram, vi skal se nærmere på her, er lavet i en skoleversion, så det er tilegnet pædagogisk personale. Materialet er meget fleksibelt og kan tilrettes og formidles alt efter, hvilken udfordring den eller de unge har.

På kurset præsenteres forskellige dele af dette angstprogram. Vi gennemgår teknikker og færdigheder og arbejder med både teori og praksis på kurset.

Dag 1:

Angst

- Hvad er angst, og hvad er årsagen til angst?
- Angstens tre dele: kroppen – tanker – handlingerne.
 - Gennemgang af angstprogrammet
- Psykoedukation
- Hvordan kan man tænke realistisk?
 - Eksposering: Fidusen ved trappestiger
 - Følelsessurfing

Dag 2:

Adfærdseksperimenter og problemløsning

- Assertiv kommunikation
- Coping strategier
- Sårbarhedslinjen?
- Beskyttende faktorer
- 8 måder at styre sin stress