

## Invitation til særligt udvalgte, der tilbydes Mentoruddannelsen "hjælp til selvhjælp" i Randers

### MENTORUDDANNELSE I RANDERS

Mentoruddannelse med Tilværelsespsykologi og etgodtlivnu's enkle Dialog-redskaber som fundament. Uddannelsen er særligt tilpasset HjælpVoldsofres frivillige.

Formålet med at uddanne en gruppe frivillige er at:

- HjælpVoldsofre kan tilbyde ofre for vold et personligt udviklende gruppeforløb
- Deltagerne klædes på til, som efterværn, at give hinanden hjælp til selvhjælp til at få skabt sig et godt liv



Med kreative indslag motiveres I som deltagere til at anvende de 10 tilværelseskompetencer og de 5 grundspørgsmål som fundament i en fremadrettet udviklingsproces. I lærer at benytte tilværelsespsykologiens enkle og effektive Dialog-redskaber. Den motiverende tilgang og systematikken hjælper til at flytte fokus til muligheder og nye mål for fremtiden .

### MÅLET FOR DIG SOM DELTAGER



Dit udbytte som deltager er

- Individuel afklaring
- Inspiration med kreative øvelser
- Enkle samtale- og selvhjælpsredskaber
- Konkret handleplan til at nå dine mål
- Uddannelsesdiplom efter endt forløb

Samt at du sammen med andre tidligere voldsramte i HjælpVoldsofre kan tilbyde

- Gruppeforløb for andre med individuelle støttesamtaler til at komme videre i livet
- Motiverende hjælp til selvhjælp

### TILVÆRELSESPSYKOLOGIEN

Bygger på dansk og udenlandsk forskning bl.a. indenfor psykologisk mindness ved Professor Preben Bertelsen fra Århus Universitet. Det er ikke et terapeutisk redskab, men et systematisk og enkelt redskab, som kan hjælpe mennesker til at sætte retning i livet ud fra deres egne præmisser og valg med et skridt ad gangen.

### UDDANNELSESFORLØB støttet af TrykFonden for HjælpVoldsofre København

#### Tidsplan for undervisning i RANDERS

Fred. og lør. 15 – 16. september kl. 10 - 17  
Fred. den 29. september kl. 10 - 17 samt  
2 x gruppesupervision + 1 individuel supervision  
Deltagelse inkl. forplejning er gratis.  
Sted: Rådhusstræde 6, 1., 8900 Randers

#### Tidsplan for supervision i Randers

Første gruppesupervisions den 6. okt. kl.10 – 12  
samt 1. individuelle supervision á max. 40 min  
Den anden gang supervision afholdes senest  
udgangen af nov. 2017.  
Max. 6 deltagere udvælges til holdet i Randers.

Endelig tilmelding sendes 15. maj 2017 til [lmk@etgodtlivnu.dk](mailto:lmk@etgodtlivnu.dk)