

Affektkontrolltraining (A.K.T.®) ist ein therapeutisches Angebot der Region Pädagogik OWL

Anmeldung / Konzept / Leistungsbeschreibung

Region Pädagogik OWL

Sven Reibold (Leitender Psychologe)

Mathias Guder (Affektkontrolltrainer & Lehrbeauftragter)

Mittelstraße 45

32108 Bad Salzuflen

Tel: 05222/9471-0

Fax: 05222/9471-10

E-Mail: gruenau-heidequell@johanneswerk.de

WWW: www.johanneswerk.de oder www.kinderheimgruenau.de



Evangelisches Johanneswerk e.V.
Einrichtungen der Diakonie

Region Pädagogik OWL

Affektkontrolltraining

A.K.T.®

**Schlüssel zur emotionalen Kompetenz
in Therapie, Pädagogik & Fortbildung**



Affektkontrolltraining ist eine synergetische Verbindung fernöstlicher Kampfstrategien und Elementen aus Verhaltens- und Gestalttherapie, physiotherapeutischen Elementen, sowie Grundlagen aus Familien- und Sozialtherapie.

Es zielt besonders auf die Stärkung von Selbstheilungskräften, Würde und Haltung in schwierigen Lebensphasen ab.

Durch konsequente und konzentrierte körperbezogene, meditative und imaginative Arbeit werden stärkende und entwicklungsfördernde Impulse für sensorische, spirituelle, kognitive und schließlich emotionale Haltungen, Einstellungen und Handlungen gegeben.

Im Vordergrund steht der Erhalt von Selbstachtung und Sinnhaftigkeit. Mit seinem Lösungs- und ressourcenorientierten Ansatz mobilisiert es die inneren Kräfte, hilft Visionen zu entwickeln und Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Das Affektkontrolltraining besteht aus bewährten Methoden aus:

- Physiotherapie
- Psychomotorik
- Fernöstlicher Kampfkunst und Meditation
- Familientherapie, Coaching und Beratung
- Sport und Gymnastik
- Gestalttherapie, Ausdruckstanz und Rollenspiel
- Systemischer Ansatz, Selbstverteidigung und Krisenmanagement
- Körperkommunikation
- Erlebnispädagogik, Mädchenselbstbehauptung, Männer- und Jungenarbeit
- Deeskalationstechniken

Affektkontrolltraining dient der Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis, Selbstverwirklichung, dem Selbstbewusstsein und der Selbstverteidigung.

Es lehrt, dass Friedfertigkeit und Kooperationsbereitschaft als Stärke erlebt werden kann. Dies wiederum ist eine Voraussetzung für den respektvollen Umgang mit anderen Menschen, der Umwelt und sich selbst.

Das Affektkontrolltraining bietet ein nachhaltig wirksames Lösungskonzept mit einem großen Anwendungsspektrum:

- Einzel- und Gruppentherapie in der teilstationären und stationären Kinder- und Jugendhilfe
- Kompetenztraining in Schulen und Jugendsozialarbeit
- Coaching, Selbsterfahrung und Gesundheitsfürsorge für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Einrichtungen der Jugendhilfe sowie Schulen, Pflege, Justiz, öffentlichen Trägern und Rehabilitation
- Training mit Eltern, Pflegeeltern und Familien im Kontext von Beratung und Familienarbeit
- Förderung von individueller und sozialer Kompetenz mit Menschen, die von geistiger, körperlicher und seelischer Behinderung betroffen sind
- Kompetenztraining für Patienten in Fachkliniken für Sucht, Psychosomatik und Strafvollzug
- Training für Gewaltprävention und Erwerb von Aggressionskompetenz