

# Mentoruddannelsen

- for dig der arbejder med unge  
og unge voksne  
3-dags kursus fordelt over 3 mdr.

## Sted/Tid

### Horsens/ Jylland

Dag 1: 16. januar 2018

Dag 2: 21. februar 2018

Dag 3: 15. marts 2018

(Tilmeldingsfrist d. 16. december 2017)

### Greve/ Sjælland

Dag 1: 20. marts 2018

Dag 2: 25. april 2018

Dag 3: 17. maj 2018

(Tilmeldingsfrist d. 20. februar 2018)

## Deltagere

Kurset er henvendt til mentorer, støtte/kontaktpersoner, fagfolk, pædagoger, lærere, vejledere, frivillige m.v. som arbejder med sårbare unge og unge voksne.

**Pris:** Kr. 3.900,- ex. moms, inkl. frokost, kaffe, materialer og Mentorhåndbogen

## Kursus sted

### Tune Kursuscenter

Grevevej 20

2670 Greve

tlf: 4341 0370

### Overnatning Sjælland

Booking: Kontakt kursuscentret på tlf. 4341 0370

Overnatning er muligt for kun kr. 330,- pr. nat

### Jørgensens Hotel

Søndergade 17-19

8700 Horsens

tlf: 7562 1600

### Overnatning Jylland

Booking: Kontakt hotellet på tlf 7562 1600

Overnatning er muligt fra kr. 595,- pr. nat,  
husk at meddele, at du skal på kursus hos Ungliv.dk

## Spørgsmål ang. kursets indhold

kontakt: (Sjælland) Marianne Schøler tlf. 24490740, marianne@ungliv.dk

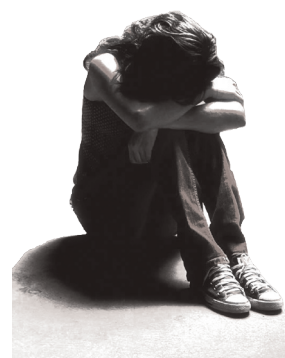
(Jylland) Mette Lebech Andersen tlf. 6142 6140 mette@ungliv.dk

## Ved spørgsmål ang. tilmelding, betaling etc.

kontakt: Laila Vahle, tlf. 6142 3602, laila@ungliv.dk

### Gruppe kursus

Hvis I er en gruppe der gerne vil have os til at komme ud og undervise på dit arbejdssted, så ring og hør nærmere!



UngLiv.dk – Kognitiv Center som er specialiseret i behandling af unge og unge voksne tilbyder nu et 3-dags kognitiv mentorgrundkursus.

## Formål

Formålet med uddannelsen er at klæde den professionelle på til at varetage en mentorfunktion med henblik på: Støtte til fastholdelse i job og uddannelse, igangsættelse af positive forandringsprocesser, samt generelt at støtte og robustgøre i forhold til et vanskeligt ungdomsliv.

Den overordnede tilgang i UngLiv.dk er at hjælpe unge på den enkelte unges præmisser, og altid møde dem i øjenhøjde. Vi er særligt opmærksomme på, at en positiv og tillidsvækkende relation mellem mentor og mentee er afgørende for positiv forandring hos den unge. Vi anvender og udvikler metoder indenfor både klassisk CBT (Cognitive behavioral therapy) og ACT (Acceptance and commitment therapy).

Kursets indhold:

- Definition af mentorrollen/-opgaven
- Målgruppen – unge med diagnostiske problemtyper
- Kognitiv grundforståelse og metodiske redskaber
- Psykologiske grundbehov – Vitaliseringsmodellen
- Samtale og spørgeteknik – Sokratiske dialog
- Relationsanalysen – Mentalisering
- Den motiverende samtale
- Teknikker til at støtte og øge robusthed i forhold til svære følelser

Undervisningen vil bestå af teori og præsentation af metodiske redskaber. Der er afsat god tid til at øve disse redskaber samt at modtage feedback på eventuelle udfordringer. Der er lagt vægt på at teori og metodiske redskaber bliver præsenteret ud fra dagligdagseksempler og at undervisningen generelt er praksisnær.

Udbyttet af kurset vil primært være at kunne støtte og motivere unge til at igangsætte og fastholde positive forandringsprocesser. Du vil opnå indsigt i mentorrollens muligheder og begrænsninger i forhold til unge med diagnostiske problemtyper. Ydermere vil du blive præsenteret for nutidens mest anvendte psykologiske tilgange og hvordan disse praktiseres indenfor mentoropgavens rammer.

Overbygninger på UngLiv.dk Kognitiv Mentoruddannelsen:

- ACT (acceptance and commitment therapy) og Unge
- Kognitiv Livsvejledning



## Program dag 1

- 09.00 – 09.30 Præsentation og forventningsafstemning  
09.30 – 10.45 Mentorrollen og -opgaven  
Målgruppen – unge med diagnostiske problemtyper (inkl. pause)  
11.00 – 11.30 Psykologiske grundbehov - Vitaliseringspsykologi  
11.30 – 12.00 Sokratiske dialog  
**Øvelse:** Sokratiske dialog  
12.00 – 12.45 **Frokost**  
12.45 – 13.30 Vitaliseringsmodellen – aktuelt og ønskeligt selvsyn  
13.45 – 14.15 Demonstration af Vitaliseringsmodellen  
14.15 – 14.45 **Øvelse 1:** Vitaliseringsmodellen  
14.45 – 15.00 Opsamling på øvelse i plenum  
15.00 – 15.30 **Øvelse 2:** Vitaliseringsmodellen  
15.30 – 16.00 Opsamling på øvelse og dagen  
Hjemmeopgave

## Dag 2

- 09.00 – 09.45 Refleksioner siden sidst, hjemmeopgave og opfølgning  
09.45 – 10.30 Kognitiv grundforståelse (inkl. pause)  
10.45 – 11.15 Demonstration af Situationsanalysen – den analyserende del  
11.15 – 11.45 **Øvelse 1:** Situationsanalyse  
11.45 – 12.00 Opsamling på øvelse i plenum  
12.00 – 12.45 **Frokost**  
12.45 – 13.15 **Øvelse 2:** Situationsanalyse  
13.15 – 13.30 Opsamling på øvelse  
13.30 – 14.00 Omstrukturering - alternative tanker og adfærd  
14.00 – 14.30 **Øvelse 1:** Situationsanalyse - den foranderende del  
14.45 – 15.00 Opsamling på øvelse i plenum  
15.00 – 15.30 **Øvelse 2:** Situationsanalyse - den foranderende del  
15.30 – 16.00 Opsamling på øvelse og dagen samt hjemmearbejde

## Dag 3

- 09.00 – 09.15 Refleksioner siden sidst, hjemmeopgave og opfølgning  
09.15 – 09.45 Udviklingspsykologi og dens betydning for arbejdet med unge  
Normalisering/validering  
10.00 – 11.00 Den motiverende samtale  
Demonstration af skemabrug i motiverende samtale  
11.15 – 12.00 **Øvelser:** Motiverende samtale på konkret problemadfærd (inkl. pause)  
12.00 – 12.15 Opsamling på øvelse  
12.15 – 13.00 **Frokost**  
13.00 – 14.00 Relationen som bærende element  
Fire vigtige egenskaber hos mentor (en mentaliserende tilgang)  
Relationsanalysen - tre fokusområder for mentor (inkl. pause)  
14.15 – 14.45 Demonstration af relationsanalysen  
15.00 – 15.30 **Øvelser:** Analyse af en udfordrende relation  
15.30 – 16.00 Opsamling på øvelse og dagen  
Evaluering og udlevering af kursusbeviser



## Tilmelding

Skal ske via vores hjemmeside [www.ungliv.dk/kurser](http://www.ungliv.dk/kurser)

Tilmeldingen er bindende og optagelse sker efter "først-til-mølleprincippet". Såfremt du optages på kurset, vil du inden 3 uger efter tilmelding modtage en bekræftelse.

## Venteliste

Hvis kurset er fuldt booket og vi har modtaget din tilmeldingsblanket, kontakter vi dig selvfølgelig.

## Betaling

- Vi sender en faktura pr. mail.  
Kursusbeløbet betales via bank, hvor der skal anføres fakturanummer eller FIK/ID nummer på overførslen.
- Ved offentlig/kommunal ansættelse sender vi fakturaen via det EAN nummer du opgiver.
- Ved privat ansættelse sender vi fakturaen pr. mail.
- Hvis du ikke har bank i Danmark koster det et engangsbeløb på kr. 50,- pr. overførsel. Du må gerne betale flere faktura på en gang.

## Kursusbevis

Der udstedes kursusbevis, ved min. 80 % deltagelse.

Efter endt kursus, tilmelder vi dig vores nyhedsbrev, sig til, hvis ikke du ønsker dette!

## Aflysning

Såfremt antallet af tilmeldte eller andre forhold nødvendiggøre aflysning af kurset, gives der hurtigst muligt besked via e-mail.

Ungliv.dk kan ikke hæfte for deltagernes rejse/logiudgifter m.m.

## Ændringer

Ungliv.dk forbeholder sig ret til at foretage ændringer i kursusprogrammet, samt ret til med kort varsel at flytte kursussted til andre lokaler i rimelig nærhed af det oprindelige annoncerede.

## Force majeure/afmelding

Det er ikke muligt at få refunderet kursusbeløbet, såfremt du bliver forhindret i deltagelse, - men du kan overdrage det til andre i din organisation/arbejdssted.

Ved tilmelding accepteres disse betingelser.

## Hvad er Ungliv.dk?

UngLiv.dk er eksperter i terapeutisk arbejde med børn, unge og unge voksne - og har mange års erfaring med de særlige udfordringer og problemer, et sårbart ungdomsliv kan være præget af. Vi brænder for at gøre en positiv forskel.

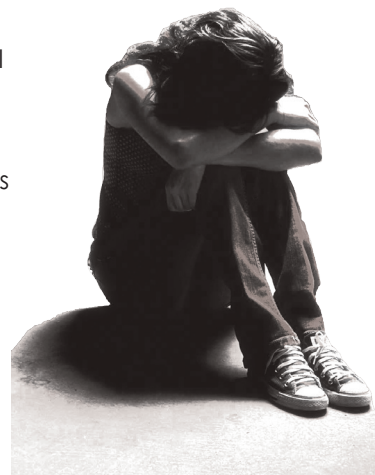
Vi arbejder ud fra en kognitiv adfærdsterapeutisk referenceramme, da vi har erfaret, at denne metode netop matcher børn, unge og unge voksne særligt godt.

Vi arbejder med mange problemtyper, såsom: angst, depression, kriser og stress, selvværdsproblemer, selvskade, spiseforstyrrelser, misbrug, traumer, aggression og personlighedsproblemer mm.

Vi arbejder gerne med tolk, såfremt det er nødvendigt. Vi tilbyder fagorienteret og individuel supervision til tværfaglige teams, plejefamilier samt til psykologer på vej til autorisation.

Vi udvikler og afholder en lang række kurser, foredrag, workshops og konferencer til mange forskellige faggrupper og organisationer - alt sammen med et skarpt fokus på at opkvalificere indsatsen indenfor terapeutiske og pædagogiske tilbud til sårbare, vanskelige og udsatte unge.

UngLiv.dk har hovedafdeling i Ryomgård og afdelinger i Aarhus, Skanderborg og Hillerød





## **Foredragsholder på Sjællands kurset**

### **Chefpsykolog Marianne Schøler Indehaver af Ungliv.dk**

Marianne er uddannet fra Århus Universitet 2001 med særlig interesse i tabsproblematikker hos børn og unge, der mister en forælder. Blev ansat ved PPR i 2001 samt tilknyttet ungdomsskole og heltidsundervisning hvor det primære fokus var på udredning og behandling af særligt udsatte børn og unge.

Marianne har arbejdet med udvikling af specialpædagogiske redskaber - og har en særlig interesse indenfor udviklingen af kognitive metoder og redskaber til børn og unge. Ydermere undervist på pædagogisk universitet i Århus og i 2005 ansat ved Kognitiv Terapi Center Århus med opstart af kognitive tilbud til børn og unge.

Privatpraktiserende i 2006 og indehaver af UngLiv.dk.

Marianne arbejder terapeutisk med både børn, unge og voksne indenfor en lang række områder. Udvikler kurser og foredrag indenfor børne- og ungdomsområdet.

Leder af sorggrupper for børn og unge.

Herudover er Marianne tilknyttet forskellige institutioner med henblik på personaleudvikling/sikring af psykisk arbejdsmiljø samt som supervisor.



## **Foredragsholder på Jyllands kurset**

### **Psykolog Aut. Mette Lebech**

Mette blev ansat hos UngLiv.dk i 2011.

Mette tilbyder individuelle forløb for børn, unge og unge voksne med en række problemstillinger - såsom lavt selvværd, selvskade, håndtering af vrede, depression, stress, angst og afhængighed af computerspil.

I forbindelse med sin kandidatafhandling har Mette arbejdet med udvikling af nye interventionsformer henvendt til sårbare unge i projektet "Kognitiv LivsVejledning", som er et samarbejde mellem UngLiv.dk og professor Jan Tønnesvang fra Aarhus Universitet. Samarbejdet med professor Jan Tønnesvang er fortsat efter Mette afsluttede sit studium. De arbejder bl.a. sammen om at implementere Kognitiv Livsvejledning i afdelinger under Århus Kommune, der arbejder med sårbare unge.

Derudover superviserer Mette plejefamilier, pædagoger og andre faggrupper, der arbejder med børn og unge.

Mette afholder ligeledes kurser for UU-vejledere og mentorer i Kognitiv LivsVejledning.

