

Affektkontrolltraining (A.K.T)

Ein Trainingsprogramm zum (Ein-)Üben gewaltfreier Konfliktlösungen

Das Angebot richtet sich an Menschen, die

- eine gerichtliche Weisung zur Teilnahme an einem Anti-Gewalt-Projekt bekommen haben
- von der Bewährungshilfe bzw. der Jugendgerichtshilfe zur Teilnahme vermittelt wurden
- von anderen als leicht reizbar, aggressiv oder gewalttätig beschrieben werden
- sich aus eigenem Antrieb mit ihrem Gewalthandeln auseinandersetzen wollen und an alternativen Strategien interessiert sind

Ziel des Trainings ist es, die Erfahrungen aus intensiver Körperarbeit im Gruppen- und Einzelgespräch in andere Bereiche des alltäglichen Lebens zu übertragen und die im Training erarbeiteten Lösungsstrategien anzuwenden. Aus diesem Grund wird ein Teil des Trainings darin bestehen, sich im Rahmen der koreanischen Kampfkunst Chong Shim Hapkido und den darin gültigen Verhaltensregeln und -normen intensiv mit dem Thema Kampf und Konflikt auseinanderzusetzen.

Hierbei geht es nicht etwa darum auf „Biegen und Brechen“ etwas schaffen zu müssen das von anderen Leuten bewertet wird, sondern vielmehr darum, eigene Grenzen mit viel Mühe (und hoffentlich auch Freude) zu erweitern und im regelmäßigen Gruppen- oder auch im Einzelgespräch herauszufinden, wie jeder Einzelne das wohl geschafft hat. Dann wird gemeinsam nach Möglichkeiten gesucht, diese Stärken auch im Alltag zum Wohle aller einsetzen zu können.

Das Affek-Kontroll-Training findet immer dienstags von 18.00-20.00 Uhr statt und umfasst 79 Pflichtstunden. Darin enthalten ist auch ein Gruppen-Wochenende von Freitag bis Sonntag.

Trainer und Teilnehmer schließen nach erfolgreichem Erstgespräch eine verbindliche Vereinbarung, in der die Basis-Regeln des Trainings und die Rechte und Pflichten beider Parteien dargestellt werden.

Für die Bestätigung über eine erfolgreiche Teilnahme am „Affektkontrolltraining“ ist eine regelmäßige und erfolgreiche Teilnahme an den einzelnen Modulen 1-4 zwingend notwendig.

Kosten

Die Kosten belaufen sich auf 195,- monatlich für die Dauer der Teilnahme am Training. Eine erfolgreiche Teilnahme benötigt bei regelmäßiger Anwesenheit 6 Monate.

Bei einer Teilnahme aufgrund einer Bewährungsauflage ist es möglich, dass der Verein Soziale Hilfen e.V. die Kosten übernimmt. Hierfür nehmen die Teilnehmer bitte mit dem zuständigen Ansprechpartner der Bewährungshilfe in Darmstadt, Herrn Wiesen, Kontakt auf.

Die Regelung der Kostenübernahme bzw. die Übernahme der Kosten ist grundsätzlich Aufgabe des Teilnehmers.

Projektleitung

Das Training wird von **In Bewegung – Lösungsfokussierte Praxis** durchgeführt.

Kontakt

In Bewegung, Kai Fischer

Ober-Ramstädter-Str. 96, 64367 Mühlthal

Tel.: 06151 8616173, Fax: 06151 8616172, Email k.fischer@loesungsfokussiert.org

Michael Wiesen (Ansprechpartner der Bewährungshilfe Darmstadt)

Telefon 06151 3684015, Fax 06151 3684012, Email michael.wiesen@lg-darmstadt.justiz.hessen.de