

Tartu Ülikooli õppeosakonna elukestva õppe keskus on koostanud koolituse

VIHA REGULATSIOON: TURVALINE TOIMETULEK

Eesti Tervishoiutöötajate Kutseliidu Lõuna- Eesti regiooni liikmetele

17.11.2017

Teaduskeskus AHHA Lektoriumis

Koolitaja ja kliiniline lapsesühholoog **Angela Jakobson** käsitleb koolitusel järgnevaid teemasid:

- Viha tunne ja agressiivne käitumine
- Vihastumise erinevad tasemed
- Eneseregulatsioon: uskumuste mõju
- Olukorra tõlgendused, „pidurite“ tõmbamine
- Tugevate tunnetega toimetuleku oskuste õppimine: rahunemisevõtted
- Viha neutraliseerimise võimalused suhtlemisolukorras
- Võimalikud abistavad käitumised suhtlemispartneri tugevate tunnete väljendamise korral nii viha tunde eskalatsiooni kui taastumisstaadiumis.

Ajakava:

9:30-10:00	kogunemine
10:00-11:30	koolitus
11:30-11:45	kohvipaus
11:45-13:15	koolitus
13:15-14:00	lõuna
14:00-15:30	koolitus

Koolituse maht: 6 akadeemilist tundi

Osalustasu: ETK liikmetele tasuta

Kohtade arv: jaotatud üksuste vahel. Täpsemat infot jagab üksuse kontaktisik.

Registreerimine: NIMI, ISIKUKOOD, E-MAIL

Lisainfo: Tartu Ülikooli õppeosakond väljastab digitunnistused ning registreerib need õppeinfosüsteemis.