# 8 dages KRAP Grundkursus Aalborg

**1. Introduktion til KRAP**
Dato: 24.08.2027
Underviser: Jan Sørensen
• Præsentation af underviser kurset og deltagerne
• Hvad er KRAP og hvordan er KRAP opstået?
• KRAP i sammenhæng med andre tilgange og metoder
• Introduktion til de vigtigste begreber i KRAP
• Søjlemodellen som grundstruktur i det pædagogiske arbejde
**KRAP SKEMAER: Søjlemodel og Ressourceblomst**
**KRAP TEMAER: Tema 1**

**2. Kognition, tanker og perspektiver**
Dato: 16.09.2027
Underviser: Ida Kortbæk
• Den kognitive teori - idé og baggrund
• Sammenhængene mellem tanker, følelser og handlinger
• Det at skabe sin egen mentale virkelighed
• Menneskers kognitive grundvilkår
• Introduktion til kognitive metoder og modeller
**KRAP SKEMAER: 4-Kolonneskema, Perspektiver og Kognitiv sagsformulering**
**KRAP TEMAER: Tema 2**

**3. Anerkendelse**
Dato: 14.10.2027
Underviser: Jan Sørensen
• Anerkendelsen som fundamentet i KRAP
• Hvad er anerkendelse - til forskel fra ros?
• Forståelse for det hele menneske
• Tillæggelse af intentioner
• Hvordan anerkender man?
**KRAP SKEMAER: Hinandens Årsag og Ressourceanalyse**
**KRAP TEMAER: Tema 3**

**4. Ressourcefokus og Relationer**
Dato: 02.11.2027
Underviser: Ida Kortbæk
• Professionel relationskompetence—Et relationelt overblik
• Hvordan støttes et menneske i at skabe og udvikle relationer?
• Hvad er ressourcer og hvordan finder man dem?
• Den problemfokuserede kontra den ressourcefokuserede tilgang
• Forudsætninger for et menneskes ressourcer
• Ressourcefokuseret registrering
**KRAP SKEMAER: Procesmodel og Relationer**
**KRAP TEMAER: Tema 4 og 7**

## 5. Mestring

Dato: 23.11.2027

Underviser: Jan Sørensen

- Mestring som et centralt begreb i anerkendelse
- Mestring og belastningsniveau
- Intentioner bag mestring – hvad er ønsket?
- Mestringens sammenhæng med tænkning
- Hvordan ændres et menneskes mestring?

**KRAP SKEMAER: Belastninger og Intentionsanalyse**

**KRAP TEMAER: Tema 5**

## 6. Motivation

Dato: 16.12.2027

Underviser: Ida Kortbæk

- Alle er motiverede—men for hvad?
- Barrierer og relevante ressourcer
- Forskellige former for støtte til motiveret proces
- Fra parathed til målrettet handling

**KRAP SKEMAER: Motivationsafdækning, Indre og Ydre forudsætninger for motivation og Motiveret målrettethed**

**KRAP TEMAER: Tema 6**

## 7. Færdigheder, kompetencer, udvikling og trivsel

Dato: 06.01.2028

Underviser: Jan Sørensen

- Forskellige former for færdigheder
- Færdigheder og kompetencer
- Afdækning og analyse som afsæt for udvikling og målarbejde
- Konkret målsætnings afbejde

**KRAP SKEMAER: Måltrappe og Fra drøm til virkelighed**

**KRAP TEMAER: Tema 8**

## 8. Afslutning med fokus på vidensdeling og implementering

Dato: 03.02.2028

Underviser: Ida Kortbæk

Hver deltager præsenterer individuelt eller i gruppe på denne dag:

- Hvordan har jeg arbejdet med KRAP?
- Hvilken effekt har KRAP haft, og hvad forventes fremadrettet?
- Hvilke muligheder ser jeg for at bruge KRAP?
- Hvad er mit næste skridt med KRAP?

# Praktiske informationer

**Tidsramme:**

Undervisningen er fra kl. 9 til kl. 15 – med indlagte pauser

**Kurset afholdes:**

AMU Nordjylland, Sofievej 61, 9000 Aalborg

**Undervisere:**

Psykolog Ida Kortbæk og Specialpædagog Jan Sørensen

**Form:**

Vi sigter mod varieret undervisning, hvilket bl.a. indebærer dialog-baseret form, gruppearbejde, metodetræning, walk and talk og almindelig "tavle-undervisning"

**Forplejning:**

Morgemad, frokost og eftermiddagskaffe m/kage

**Materialer:**

Undervisningsmateriale udleveres løbende på kursusdagene og består af PowerPoint-præsentationer og øvelser. På første kursusdag får du desuden udleveret teoribogen *KRAP TEMAER* og arbejdsbogen *KRAP SKEMAER*

**Kursusbevis:**

Der udstedes beviser til alle, som har deltaget i minimum 80%