



Viktig Interessant Person

Et voldsforebyggende og selvsterkende program

VIP VOLDS-
FOREBYGGING

Nok.
Hamar

L LIKESTILLINGS-
SENTERET

**Velkommen
uansett hvordan
du har det
og føler deg!**

Hva handler VIP om?

Tema

- Introduksjon
- Følelser
- Forsvar
- Vold
- Valg
- Jeg

Repetisjon

- Skyld og skam
- Kommunikasjon
- Makt og maktesløshet
- Verdier
- Grenser og sikkerhet
- Forandringer og avslutning



VIP-programmet

På gruppetreffene gjør vi mange ulike aktiviteter som:

- Tegne
- Skrive
- Snakke
- Se film
- Rollespill
- Tenker
- Diskuterer
- Øver på valg



Det har forandra livet mitt

Følelsessirkelen



Sint



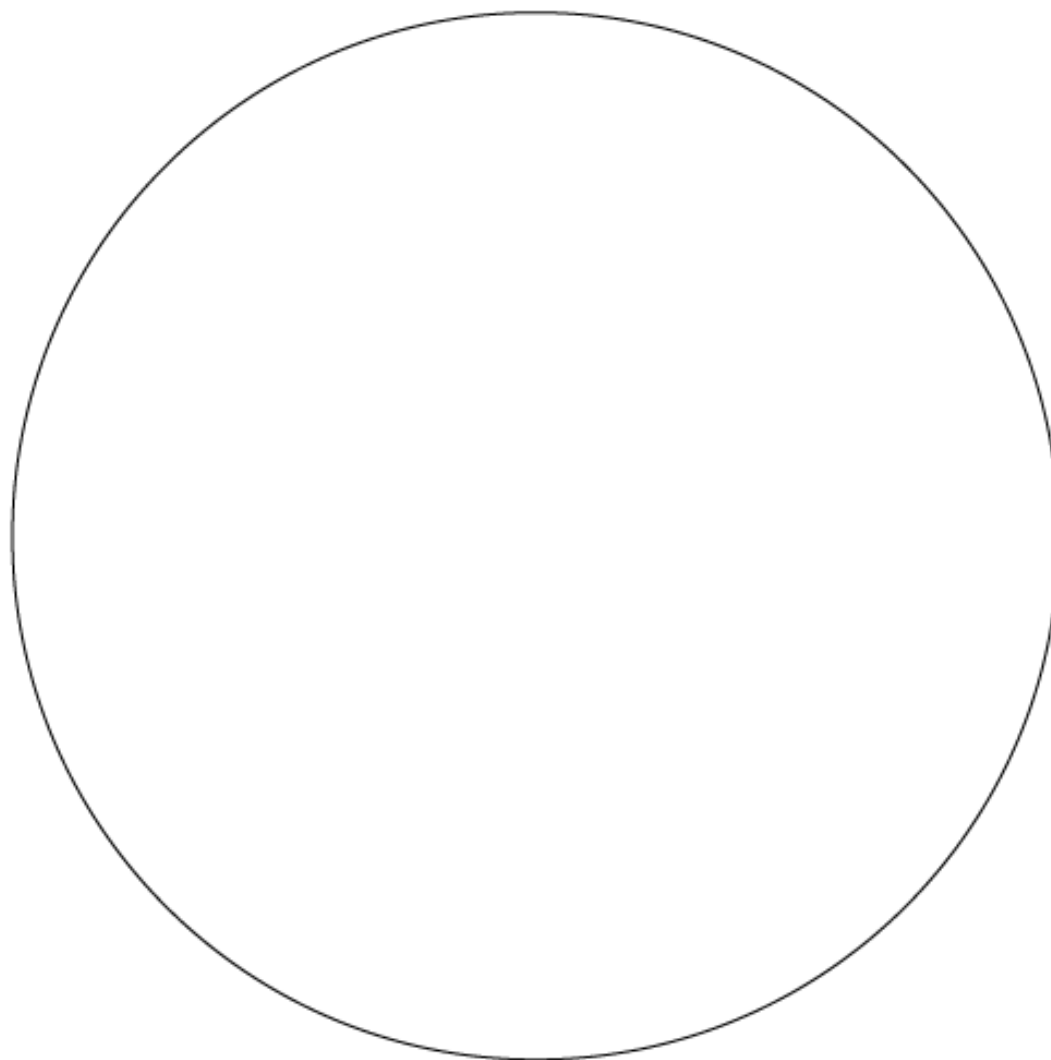
Blid



Redd



Trist



Følelsessirkelen



Sint



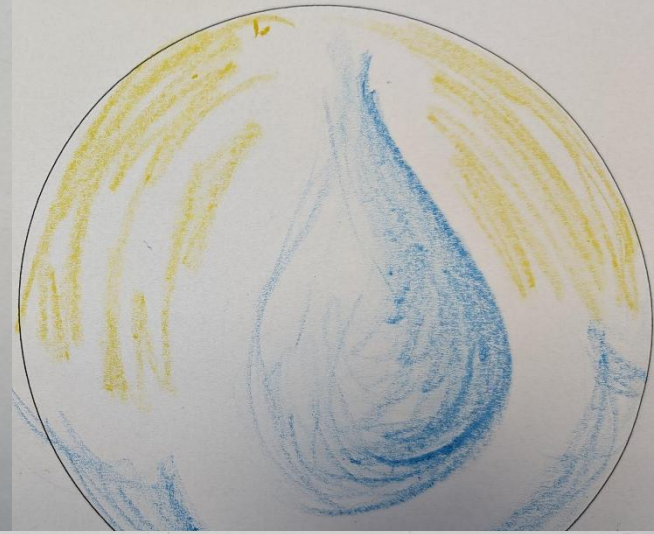
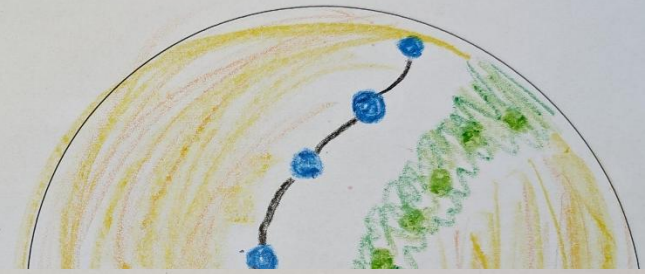
Blid



essirkelen

Sint

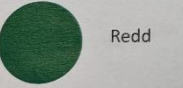
Blid



Sint



Blid



Redd



Trist



Følelsessirkelen



Sint



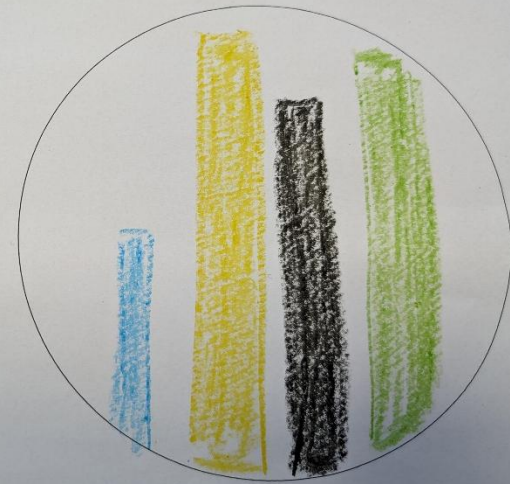
Blid



Redd



Trist





**JA
eller
NEI?**

Takk for meg!

Frøydis Sund, fs@lss.no

<https://likestillingssenteret.no/kurs/vip-viktig-interessant-person/>

VIP VIKTIG
INTERESSANT
PERSON

VIP VOLDS-
FOREBYGGING

