

GEDRAGSTRAINING MODULE AGRESSIE

Doelen van de cursus	Aanleren van sociale vaardigheden om agressie te voorkomen in interactie met anderen.	<ul style="list-style-type: none">▶ Assertief zijn, goed leren communiceren, omgaan met criminele druk▶ Kennis van de 5 G's (link tussen gebeurtenis, gedachten, gevoelens, gedrag en gevolg)▶ Inzicht in eigen denken, voelen en handelen; in de eigen mechanismen die recidive en ander schadelijk gedrag moeten voorkomen (herkennen van emoties), onderzoeken wat er onder de agressie of het gevoel van kwaadheid bij zichzelf of bij de ander zit; risicosignalen leren zien bij zichzelf▶ Motiveren om verantwoordelijkheid op te nemen voor het eigen gedrag en voor de gevolgen van het gedrag, (h)herkennen van het eigen aandeel in het geweld▶ Aanleren van gedragsalternatieven: oefenen van andere vormen van communicatie; negatieve emoties op een constructieve manier leren verwoorden; beter leren hanteren van gevoelens van frustratie, kwaadheid en verdriet; het verminderen van een gewelddadige denkstijl, het versterken van frustratietolerantie en stressbestendigheid met het oog op kwaadheid beter te hanteren waardoor zelfbeheersing kan worden vergroot.
Thema's die worden besproken	<ul style="list-style-type: none">▶ Leren herkennen van gedachten en gevoelens en link ertussen▶ Gedrag: spanningsopbouw en alternatieven▶ Communicatie▶ Gevolgen op korte, middellange en lange termijn (voor slachtoffer en maatschappij)▶ Het opnemen van verantwoordelijkheid▶ Toepassing van de 5 G's op de eigen feiten	
tegenindicaties	<ul style="list-style-type: none">▶ Niet in groep kunnen functioneren▶ Onvoldoende draagkracht▶ Beperkte cognitieve of emotionele mogelijkheden om voldoende over zichzelf te kunnen reflecteren▶ Onvoldoende Nederlands spreken en/of begrijpen▶ Onstabiel op verschillende levensdomeinen▶ Acute psychiatrische problematiek▶ Acute verslavingsproblematiek	
Vorm	<ul style="list-style-type: none">▶ 20 uur gedragstraining in groep▶ 3 individuele gesprekken (kennismakingsgesprek, tussentijds gesprek en eindgesprek)▶ Huiswerkopdrachten	
Onderscheid met de zorg	Een doorverwijzing naar een zorgaanbod is aangewezen wanneer er sprake is van <ul style="list-style-type: none">▶ eerdere traumatische gebeurtenissen in het verleden (problematische opvoedingssituaties, persoonlijkheidsstoornissen, ...);▶ een neurologisch trauma.	