



Grip op Agressie - Module 6

# Omgaan met boosheid en Agressie

2

## Colofon

© 2018 Trajectum.

Grip op Agressie, een integraal behandelprogramma voor mensen met een lichte verstandelijke beperking (LVB) en agressief (delict)gedrag, is ontwikkeld en geïmplementeerd binnen Trajectum. Het programma is ontwikkeld door het Kenniscentrum van Trajectum, ondersteund door Van Montfoort, Kwaliteit Forensische Zorg en De Borg. Trajectum is een instelling voor de behandeling en begeleiding van mensen met een lichte verstandelijke beperking en onbegrepen en risicovol gedrag (SGLVB).

H. Niehoff (Trajectum)

R. Didden (Trajectum, Radboud Universiteit)

M. Valenkamp (Van Montfoort)

E. Rutten (Van Montfoort)

Tekeningen: Huib Jans, Cartoons en Illustraties, Maastricht

Film: Riske de Vries, Films en Fotografie, Amsterdam

Trajectum

Hanzeallee 2

8017 KZ Zwolle

hniehoff@trajectum.nl

www.trajectum.nl

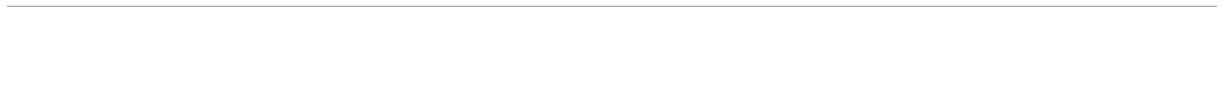
trajectum



de Borg

# Inhoudsopgave

<b>Bijeenkomst 1.</b>	Inleiding, kennismaking en spelregels .....	5
<b>Bijeenkomst 2.</b>	Opfrissen van module: Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners .....	13
<b>Bijeenkomst 3.</b>	Rollenspelen uitleg/regels .....	19
<b>Bijeenkomst 4.</b>	Rollenspel - Praktijk .....	25
<b>Bijeenkomst 5.</b>	De vijf G's - theorie .....	31
<b>Bijeenkomst 6.</b>	De vijf G's - praktijk .....	37
<b>Bijeenkomst 7.</b>	Rollenspel .....	45
<b>Bijeenkomst 8.</b>	Ontremmers - Goedpraters - Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen .....	51
<b>Bijeenkomst 9.</b>	Film en praktijk oefenen met Goedpraters, Ontremmers en Schijnbaar onbelangrijke beslissingen .....	57
<b>Bijeenkomst 10.</b>	Rollenspel video-opname.....	63
<b>Bijeenkomst 11.</b>	Afsluiting module 6.....	71
<b>Bijlage</b>	Uitvoering rollenspel.....	75



Bijeenkomst 1

**Inleiding,  
kennismaking  
en spelregels**

## Doelen

- De deelnemer weet wat de inhoud is van de training.
- De deelnemer weet dat de basisbijeekomsten gaan over herkennen en benoemen van ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid.
- De deelnemer kent de spelregels van de training.
- De deelnemer weet wat te doen als hij niet bij de training kan komen.
- De deelnemer kent de regel als hij te laat bij de training komt.
- De deelnemer weet de spelregel rondom huiswerk.
- De deelnemer weet de spelregels over wat je wel en niet doet gedurende de training.
- De deelnemer weet wanneer er een gele of rode kaart wordt uitgedeeld door de trainers.
- De deelnemer kent de gevolgen van een gele of rode kaart.
- De deelnemer weet dat twee gele kaarten gelijk is aan een rode kaart.
- De deelnemer weet dat een verkregen gele kaart opgeheven kan worden door middel van gewenst gedrag/houding en samenwerking.
- De deelnemer kent de namen van alle mede deelnemers.
- De deelnemer kan vertellen wat hij/zij wil leren bij deze training.
- De deelnemer kan vertellen wat hij verwacht van zijn mede deelnemers.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers

## Aandachtspunten voor de trainer

- Uitnodigende en ondersteunende houding.
- Klemtoon leggen op meerwaarde voor de deelnemer (motiverende houding).

# Inhoud programma

## **[10 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training: Omgaan met agressie & boosheid deel 2, deze is voor gevorderden.*

*Deel 1, de basismodule heb je al gevolgd.*

## **Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen. Het werkboek wordt aan alle deelnemers uitgedeeld. Zie werkboek:**

- Inleiding: waarom een module voor gevorderden?
- Spelregels
- Inhoud van het werkboek
- De afzonderlijke bijeenkomsten
- Kennismaking

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
10 min.	<p>De deelnemer weet wat de inhoud is van de training.</p> <p>De deelnemer weet dat de basisbijeenkomsten gaan over herkennen en benoemen van ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we het boek samen bekijken. We zien eerst de inhoud. Hier staan alle bijeenkomsten genoemd. Je hebt in het eerste deel van de training veel geleerd over ontspanning, spanning, stress, boosheid en agressie 1.</i></p> <p><i>Je hebt veel over jezelf geleerd en leren benoemen. Nu gaan we weer een stap verder in de training. Je gaat in deze module veel toepassen. Alles wat je in de vorige module Omgaan met boosheid en agressie hebt geleerd, komt weer terug en nu ligt de nadruk op het doen, het uitvoeren. We gaan dus erg veel oefenen. In de eerste twee bijeenkomsten gaan we weer terug naar wat je geleerd hebt in de vorige training. Daarna gaan we vee rollenspelen doen en worden weer erg belangrijke dingen behandeld, zoals de 5 G's, goedpraters, ontremmers en schijnbaar onbelangrijke beslissingen. Ook gaan we je in de latere bijeenkomsten op film opnemen zodat jij jezelf terug kunt zien. Hier leer je erg veel van want je ziet dan je eigen gedrag weer terug. Ook deze training sluiten we af met het ontvangen van een certificaat.</i></p> <p>Dit is de laatste training die je kunt krijgen over 'Omgaan met boosheid en agressie'. Op het einde van deze training heb je alles geleerd over hoe je het beste om kunt gaan met je boosheid en agressie. In de verdere behandeling wordt dus steeds gekeken of je alle aangeleerde vaardigheden niet vergeet en blijft gebruiken. Je moet dus alles blijven toepassen. We beginnen nu bij bijeenkomst 1.</p>	Werkboek



5 min.		<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich neemt, gaan we beginnen te lezen bij bijeenkomst 1 (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf langzaam voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen bij bijeenkomst 1 tot de spelregels <i>Waarom is het goed om deze training te volgen?</i> <i>Je gaat in deze training dus veel oefenen en alles wat je geleerd hebt ga je doen.</i></i></p>	Werkboek
5 min.		<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij de spelregels (als er deelnemers in de groep zijn die hardop kunnen lezen, dan samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen).</i></p>	Werkboek
10 min.	De deelnemer kent de spelregels van de training.	<p><i>Spelregels (samen doorlezen werkboek pag. 3, 4; spelregels)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>het niet kunnen komen bij een training</i></li> <li>- <i>wat als ik te laat kom?</i></li> </ul>	

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
	<p>De deelnemer weet wat te doen als hij niet bij de training kan komen.</p> <p>De deelnemer kent de regel als hij te laat bij de training komt.</p> <p>De deelnemer weet de spelregel rondom huiswerk.</p> <p>De deelnemer weet de spelregels over wat je wel en niet doet gedurende de training.</p> <p>De deelnemer kent de namen van alle mede deelnemers.</p> <p>De deelnemer kan vertellen wat hij/zij wil leren bij deze training.</p> <p>De deelnemer kan vertellen wat hij verwacht van zijn mede deelnemers.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- huiswerk</li> <li>- wat doe je wel en wat doe je niet tijdens de training</li> </ul>	
10 min.	De deelnemer weet hoe boos en agressief gedrag ontstaat.	<p>Samen met de deelnemers het schema stap voor stap doornemen.</p> <p>Bij iedere stap de deelnemers vragen of het wordt begrepen.</p>	Werkboek

### **[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

We hebben in deze bijeenkomst een start gemaakt met de training: 'Omgaan met boosheid en agressie 1' voor gevorderden. De onderwerpen die we hebben besproken zijn: Bijeenkomst 1 van het werkboek:

Inleiding:

- Waarom een module voor gevorderden?
- Spelregels
- Inhoud van het werkboek (boosheid en agressie 1 theorie en praktijk)
- De afzonderlijke bijeenkomsten
- Extra uitleg rode en gele kaarten
- Kennismaking

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

### **[5 min.] Opdrachten**

*Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: Lees bijeenkomst 1 nog een keer door.*

*Vraag hulp als je het moeilijk vindt om het nog eens door te nemen.*

### **Evaluatie**

*We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs.*

*Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:*

- *Wat zijn eigen leerdoelen, waarom is het volgen van deze training goed en kan je een voorbeeld hiervan geven?*
- *Welke onderwerpen worden besproken in de training Omgaan met boosheid en agressie 2, voor gevorderden?*
- *Welke spelregels van de training zijn besproken en moet je onthouden?*

*(antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in het werkboek van de deelnemer)*

### **[5 min.] Afsluiting van de bijeenkomst**

De groep zit in een kring.

*We sluiten de eerste bijeenkomst af van de training Omgaan met boosheid en agressie 2, voor gevorderden.*

*Hoe vonden jullie de eerste bijeenkomst?*

- *Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.*

### **Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.



Bijeenkomst 2

**Opfrissen van module:  
Omgaan met  
boosheid en agressie 1,  
voor beginners**

## Doelen

- De deelnemer kan de verschillende spanningsniveaus aangeven.
- De deelnemer weet wat ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid is.
- De deelnemer kent het doel van de Spanningspiramide.
- De deelnemer weet dat deze opbouw van spanning ook opgesteld is bij zichzelf en dat dit in het Signaleringsplan staat.
- De deelnemer weet hoe de Spanningsthermometer er uitziet.
- De deelnemer kan de Spanningsthermometer gebruiken.
- De deelnemer kan zijn spanningsniveau aangeven door middel van de Spanningsthermometer.
- De deelnemers kennen het schema met de 5 G's.
- De deelnemers kunnen een schema met de 5 G's invullen.
- De deelnemer weet dat de 5 G's in het schema staan omdat deze onderdelen steeds met elkaar samenhangen en bepalen wat er gebeurt.
- De deelnemer weet hoe zijn/haar Eerste Hulp Kaart er uitziet.
- De deelnemer weet waarom een Eerste Hulp Kaart gebruikt moet worden.
- De deelnemer kan zich inleven in een situatie en bedenken hoe hij/zij zou reageren.
- De deelnemer kan de gevolgen aangeven die samenhangen met zijn/haar gekozen gedrag ten aanzien van de spanning.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers

## Aandachtspunten voor de trainer

Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.

Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).

# Inhoud programma

## **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met agressie & boosheid 2, voor gevorderden.*

## **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk: Bijeenkomst 1 van het werkboek, Inleiding:*

- *Waarom een module voor gevorderden?*
- *Spelregels*
- *Inhoud van het werkboek (boosheid en agressie 1 theorie en praktijk)*
- *De afzonderlijke bijeenkomsten*
- *Extra uitleg rode en gele kaarten*
- *Kennismaking*

## **Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen.**

Bijeenkomst 2 van het werkboek:

- *Opfrissen van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners*
- *Spanningspiramide*
- *Ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid*
- *Spanningsthermometer*
- *De 5 G's*
- *Eerste Hulp Kaart*
- *Oefening: "wie ben ik?"*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
5 min.		We gaan in deze bijeenkomst een paar onderwerpen opnieuw bespreken. Deze onderwerpen ken je uit de training 'Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners' maar zijn zo belangrijk dat we ze nogmaals, maar dan korter, met elkaar gaan bekijken.	
5 min.	<p>De deelnemer kan de verschillende spanningsniveaus aangeven.</p> <p>De deelnemer weet wat ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid is.</p> <p>De deelnemer weet het doel van de Spanningspiramide.</p> <p>De deelnemer weet dat deze opbouw van spanning ook opgesteld is bij zichzelf en dat dit in het Signaleringsplan staat.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij bijeenkomst 2 (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen bij bijeenkomst 2.</i></p> <p><i>Laten we de opdracht samen uitvoeren (teken op het bord de Spanningspiramide, ga de Spanningspiramide van onder naar boven invullen. Geef iedere deelnemer een kans om een schijf in te vullen door gericht er naar te vragen). We hebben in de training 'Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners' hier veel mee gewerkt. We hebben geleerd wat dit is en waaraan we dit bij ons zelf kunnen herkennen.</i></p> <p><i>Deze opbouw van spanning hebben we ook verwerkt in ons Signaleringsplan. Dit hebben we in de laatste bijeenkomsten van de training 'Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners' gedaan.</i></p>	Werkboek, whiteboard, stiften, papier en pennen.
10 min.	<p>De deelnemer weet hoe de Spanningsthermometer er uitziet.</p> <p>De deelnemer kan de Spanningsthermometer gebruiken.</p> <p>De deelnemer kan zijn spanningsniveau aangeven door middel van de Spanningsthermometer.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). De hele bladzijde over de Spanningsthermometer samen lezen.</i></p> <p><i>Wie gebruikt de Spanningsthermometer bij de gesprekken voor zichzelf? Wat valt je op bij het gebruik van de Spanningsthermometer?</i></p> <p><i>Wat vind je gemakkelijk en wat vind je moeilijk? Wat leer je door hier gebruik van te maken (voor inhoudelijke informatie, zie bijeenkomst training 'Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners' over de Spanningsthermometer)?</i></p>	Werkboek



5 min.	<p>De deelnemers kennen het schema met de 5 G's.</p> <p>De deelnemers kunnen een schema met de 5 G's invullen.</p> <p>De deelnemer weet dat de 5 G's in het schema staan omdat deze onderdelen steeds met elkaar samenhangen en bepalen wat er gebeurt.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen vanaf de spanningsthermometer (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen bij bladzijde over de 5 G's; samen lezen.</i></p>	
5 min.	<p>De deelnemer weet hoe zijn/haar Eerste Hulp Kaart er uitziet.</p> <p>De deelnemer weet waarom een Eerste Hulp Kaart gebruikt moet worden.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen bij de bladzijde over de Eerste Hulp Kaart; samen lezen.</i></p>	<p>Werkboek, voorbeeld Eerste Hulp Kaart</p> <p>Alle individuele Eerste Hulp Kaarten die de deelnemers bij zich hebben</p>
10 min	<p>De deelnemer kan het schema met de 5 G's invullen aan de hand van de gegevens uit de opdracht.</p> <p>De deelnemer kan zich inleven in een situatie en bedenken hoe hij/zij zou reageren.</p> <p>De deelnemer kan de gevolgen aangeven die samenhangen met zijn/haar gekozen gedrag ten aanzien van de spanning.</p>	<p><b>Opdracht uitvoeren</b></p> <p><i>Als iedereen het deelnemers boek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen).</i></p> <p><i>Wat zou jij doen in deze situatie? Schrijf dit op een papier (pen en papier uitdelen).</i></p> <p>Trainer tekent op het bord het schema met de 5 G's. De hele situatie wordt uitgeschreven in de 5 G's. Alle gedragingen die de deelnemers zelf hebben opgeschreven, kunnen ze bij gedrag opschrijven. Samen bekijken wat de gevolgen zijn ten aanzien van de spanningen. Heeft datgene wat de deelnemer zou gaan doen geholpen om de spanning te verminderen?</p>	<p>Deelnemers -boek, pen, papier, whiteboard, stiften</p>

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

Bijeenkomst twee bestond uit:

- *Opfrissen van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners*
- *Spanningspiramide*
- *Ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid*
- *Spanningsthermometer*
- *De 5 G's*
- *Eerste Hulp Kaart*
- *Oefening: "wie ben ik?"*

**Opdrachten**

Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 2 door.

**[5 min.] Evaluatie en afsluiting van de bijeenkomst**

We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs.

Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:

- *Wat is een Spanningspiramide?*
- *Wat staat in de Spanningspiramide?*
- *Wat is een Spanningsthermometer?*
- *Hoe ziet de Spanningsthermometer er uit?*
- *Hoe ziet het schema van de 5 G's er uit?*
- *Waarom is het belangrijk om deze 5 G's op te schrijven?*
- *Wat is een Eerste Hulp Kaart? Waar bewaren jullie de kaart als je onbegeleid weg gaat?*

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 2 van het werkboek. Voor inhoudelijke ondersteuning wordt verwezen naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

We sluiten de tweede bijeenkomst af van de training Omgaan met boosheid en agressie 2, voor gevorderden. Hoe vonden jullie de tweede bijeenkomst?

- Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 3

# **Rollenspelen uitleg/regels**

## Doelen

- De deelnemer weet wat een rollenspel is.
- De deelnemer leert rollenspelen te oefenen door middel van een observatie van een filmscène (de stad).
- De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.
- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen (3 per deelnemer)
- whiteboard
- stiften
- werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- film: spanningspiramide uitleg
- huiswerkblad – bijeenkomst 3
- laptop, beamer
- bekend zijn met de bijlage 'uitvoering rollenspelen'

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding.
- Nadruk leggen op meerwaarde voor de deelnemer (motiverende houding).

## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met agressie & boosheid 2, voor gevorderden.*

### **Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken. Bijeenkomst 2 bestond uit: opfrissen van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners

- Spanningspiramide
- Ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid
- Spanningsthermometer
- De 5 G's
- Eerste Hulp Kaart
- Oefening: "wie ben ik?"

### Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen.

- Bijeenkomst 3 van het werkboek
- Rollenspelen: de 6 stappen

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
10 min.	<p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p>	<p>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij Bijeenkomst 3; Rollenspelen uitleg/regels (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen).</p> <p><i>Met rollenspelen speel je dus de situatie na. We gaan situaties naspelen die jullie inbrengen en spanning hebben opgeleverd (in deze bijeenkomst vindt de inbreng plaats door middel van de film). We gaan samen onderzoeken hoe de situatie verliep. Het gaat er om dat je leert om zo te denken, te voelen en te doen dat de situatie niet spanningsvoller wordt. Jij behoudt de controle over de situatie en zult zo je doel bereiken. Op de volgende bladzijde lezen we hoe dit gaat.</i></p>	<p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de basistraining</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>

10 min.	De deelnemer kent de 6 stappen/ regels van de rollenspelen.	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen).</i></p> <p>Begin samen te lezen.</p> <p><i>Als je de punten bekijkt, is het misschien veel maar we gaan ze vaak oefenen en gebruiken dus je zal snel de volgorde en de verschillende punten kennen. Voor de duidelijkheid nog een samenvatting:</i></p> <p><b>Nr.1</b>    <i>Gebeurtenis inbrengen door cliënten (exploratie) 5 G's.</i></p> <p><b>Nr.2</b>    <i>Alle gebeurtenissen opschrijven en vervolgens turven (sharing).</i></p> <p><b>Nr.3</b>    <i>Een gebeurtenis onderzoeken en naspelen (modeling).</i></p> <p><b>Nr.4</b>    <i>Vragen naar een alternatief (elke cliënt wordt gevraagd).</i></p> <p><b>Nr.5</b>    <i>Enkele alternatieven naspelen en geschikte oplossingen bespreken.</i></p> <p><b>Nr.6</b>    <i>Later bespreken en nakijken of de oplossing die je gekozen hebt, heeft geholpen om je doel te bereiken. Dus dat de gekozen oplossing ook blijkt te werken. En dat de spanning door de oplossing juist afneemt in plaats van erger wordt. Nogmaals; we gaan vaak oefenen en gebruiken dan steeds de zes stappen. Je zal ze dan snel kennen.</i></p>	<p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>
---------	--	---	--

5 min.	De deelnemer weet dat we samen naar oplossingen zoeken, een aantal bedenken, één kiezen en uitvoeren in een rollenspel.	<p><i>Door middel van de rollenspelen gaan wij in de groep bekijken of er meerdere oplossingen zijn voor het probleem en of er één tussen zit waarbij je op een gewenste manier je doel bereikt. Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we verder lezen.</i></p> <p>(Begin te lezen bij ..door middel van...t/m... gewenste manier. Als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen.)</p> <p><i>We gaan dus allemaal samen kijken naar de situaties die jullie inbrengen. We zoeken samen naar verschillende oplossingen of gedragingen en we helpen je om een oplossing te kiezen en de oplossing te oefenen. Het gaat er dus om dat jij je doel bereikt. Zoals het ook met grote letters in het boekje staat.</i></p>	<p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training: Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>
5 min.	De deelnemer kan aan de hand van een voorbeeld de 6 stappen van een rollenspel uitvoeren.	<p>Iedereen gaat nu naar een film scène (spanningspiramide uitleg) kijken.</p> <p>Om de drempel naar een rollenspel te verlagen, wordt een film scène getoond.</p> <p>De film scène wordt gebruikt om de eersten stappen van het rollenspel over te slaan en de cliënt hoeft alleen maar te kijken naar de film scène en hierna met zijn eigen oplossing te komen. Zodoende is het voor de cliënt makkelijker een inbreng te hebben. Hiervoor wordt het werkblad bijeenkomst 3 gebruikt.</p>	<p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training: Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Laptop</p> <p>Beamer</p> <p>Film</p>

10 min.	Bekijken film-fragment (3 maal laten zien) en invullen werkblad.	Filmfragment driemaal laten zien. Eerste maal alleen maar kijken. Dan de bedoeling van het werkblad uitleggen (je kunt hiervoor gebruik maken van het whiteboard). Nogmaals de film laten zien. Werkblad in laten vullen. Vervolgens de film nogmaals laten zien. Vragen naar een gewenste oplossing. Bekijk wat de deelnemers hebben ingevuld op hun werkblad. De oplossing kan eventueel al nagespeeld worden.	Pennen voor deelnemers  Werkblad voor deelnemers
---------	--	--	--

### **[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

*Bijeenkomst 3 bestond uit:*

- *Wat zijn rollenspelen?*
- *Hoe gaan we de rollenspelen uitvoeren: 6 stappen?*
- *Oefening met de 6 stappen van het rollenspel door middel van film scène 'naar de stad'.*

### **[5 min.] Opdrachten**

*Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: Huiswerkblad bijeenkomst 3.*

*Het huiswerk voor de volgende keer:*

*In de komende weken maak je vast verschillende situaties mee waarbij jij je eigen spanning voelt opkomen. Ga een situatie beschrijven in het formulier huiswerkblad bijeenkomst 3. Neem dit voor de volgende keer mee. Dit gaan we met elkaar bekijken via de 6 stappen van een rollenspel. Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt en ondersteuning of hulp nodig hebt, dan vraag je dit aan je persoonlijke begeleider.*

### **[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

*We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:*

- *Wat is een rollenspel?*
- *Welke stappen nemen we steeds bij het doen van rollenspelen?*

*We sluiten de derde bijeenkomst af van de training Omgaan met boosheid en agressie 2, voor gevorderden. Hoe vonden jullie de derde bijeenkomst?*

- *Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.*

### **Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.



Bijeenkomst 4

# **Rollenspel – Praktijk**

## Doelen

- De deelnemer weet wat een rollenspel is.
- De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.
- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.
- De deelnemer kan samen met de groep, een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer.
- De deelnemer kan samenwerken binnen de 6 stappen van een rollenspel.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- whiteboard
- stiften
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- bekend zijn met de bijlage 'uitvoering rollenspelen'

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding.
- Nadruk leggen op meerwaarde voor de deelnemer (motiverende houding).

# Inhoud programma

## **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met agressie & boosheid 2, voor gevorderden.*

## **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

- *Wat is een rollenspel?*
- *De 6 stappen van een rollenspel:*
  1. *Gebeurtenis inbrengen door cliënten (exploratie)*
  2. *Alle gebeurtenissen opschrijven en vervolgens turven (sharing)*
  3. *Eén gebeurtenis onderzoeken en naspelen (modeling)*
  4. *Vragen naar een alternatief*
  5. *Enkele alternatieven naspelen en geschikte oplossing bespreken*
  6. *Eventuele afspraken maken*

## **Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen.**

- *Bijeenkomst 4 van het werkboek:*
- *Rollenspelen: de 6 stappen in praktijk*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
20 min.	<p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij Bijeenkomst 4; Rollenspel- praktijk (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen met de tekst uit het werkboek.</i></p> <p><i>We gaan de huiswerkopdrachten bekijken. Met rollenspelen speel je dus de situaties uit het huiswerk na. We gaan situaties naspelen die jullie inbrengen en spanning opleverden. We gaan samen onderzoeken hoe de situatie verliep.</i></p> <p>Alle deelnemers krijgen de volgende procedure:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>Een ieder in de groep wordt gevraagd of ze een gebeurtenis willen inbrengen die ze de afgelopen tijd heeft beziggehouden en die misschien nog steeds wat spanning oplevert als je er aan terugdenkt.</i></li> <li><i>Alle gebeurtenissen die genoemd worden, schrijven we op. Daarna gaan we, bij elke gebeurtenis, vragen of er mensen zijn die deze gebeurtenis ook herkennen in hun eigen leven. Bij herkenning wordt er een streepje achter de gebeurtenis gezet (turven).</i></li> <li><i>De gebeurtenis met de meeste herkenning wordt gekozen. Er worden vragen gesteld over de gebeurtenis: Waar stond je?...Wat zei hij/zij?...enz. Daarna wordt hij zo goed mogelijk nagespeeld.</i></li> <li><i>Er wordt een rondje gemaakt en gekeken of er mensen zijn die 'het probleem' eventueel anders zouden oplossen. Er bestaan vaak meerdere oplossingen.</i></li> <li><i>Enkele oplossingen/alternatieven gaan we naspelen en bespreken.</i></li> <li><i>Misschien wil degene die de eerste gebeurtenis heeft ingebracht de nieuwe/alternatieve oplossing wel naspelen en misschien zelfs wel gaan gebruiken om zo zijn gebeurtenis met tevredenheid te kunnen afsluiten. Eventuele afspraken kunnen er gemaakt worden.</i></li> </ol>	<p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training</p> <p>Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>

20 min.	De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.	<p><i>Nu gaan we kijken of de volgende onderdelen die we hebben geleerd in de training 'Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners' genoeg zijn gebruikt.</i></p> <p><i>De onderdelen zijn:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Spanningspiramide</i></li> <li>- <i>Ontspanning, spanning, stress en agressie/boosheid</i></li> <li>- <i>Spanningsthermometer</i></li> <li>- <i>De 5 G's</i></li> <li>- <i>Eerste Hulp Kaart</i></li> </ul> <p><i>We gaan alle situaties nog kort langs en we gaan kijken of de genoemde en geleerde punten voldoende zijn toegepast.</i></p> <p><i>Dit gaan we steeds doen, op deze wijze kan je er zelf ook op tijd gebruik van maken, het zijn immers helpende factoren om te voorkomen dat je spanning oploopt.</i></p> <p><i>Dit moet je voorkomen.</i></p>	Deelnemers -boeken  Whiteboard  Stiften  Deelnemers -boek van de training: Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners  Pennen voor deelnemers  Papier voor deelnemers
---------	--	---	---

### **[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

*Bijeenkomst 4 bestond uit:*

- *Rollenspelen*
- *Hoe gaan we de rollenspelen uitvoeren: 6 stappen*
- *Oefening met de 6 stappen van het rollenspel*

### **[5 min.] Opdrachten**

*Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 4 nogmaals door. Als je hulp nodig hebt... kan je ook vragen of iemand deze bijeenkomst samen met jou kan doornemen.*

*Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt, en ondersteuning of hulp nodig hebt, dan vraag je dit aan iemand die je kan helpen.*

**[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

*We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs.*

*Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:*

- *Wat zijn de 6 stappen die we gebruiken om een ongewenste situatie te gaan ombuigen naar een gewenste? Je mag je werkboek gebruiken bij het beantwoorden van de volgende vragen:*

*Wat doe je bij stap 1?*

*Wat doe je bij stap 2?*

*Wat doe je bij stap 3?*

*Wat doe je bij stap 4?*

*Wat doe je bij stap 5?*

*Wat doe je bij stap 6?*

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 3 van het werkboek, voor inhoudelijke ondersteuning wordt verwezen naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

*We sluiten de vierde bijeenkomst af van de training 'Boosheid en agressie 1 voor gevorderden'.*

*Hoe vonden jullie de vierde bijeenkomst?*

- Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 5

# **De vijf G's – theorie**

## Doelen

- De deelnemer weet wat een rollenspel is.
- De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.
- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.
- De deelnemer kan op een juiste wijze het schema met de 5 G's invullen.
- De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.
- De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan aanbrengen (in je gedachte, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).
- De deelnemer kan samen met de groep een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer.
- De deelnemer kan samenwerken binnen de 6 stappen van een rollenspel.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkblad bijeenkomst 5
- huiswerkblad ingevuld door cliënt bijeenkomst 4
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- bekend zijn met de bijlage 'uitvoering rollenspelen'

## Aandachtspunten voor de trainer

- Uitnodigende en ondersteunende houding.
- Klemtoon leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).



## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met agressie & boosheid 2, voor gevorderden.*

### **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

*Bijeenkomst 4 bestond uit:*

- *Hoe gaan we de rollenspelen uitvoeren: 6 stappen*
- *Oefening met de 6 stappen van het rollenspel*
- *Rollenspel in de praktijk*

*Ook hebben jullie een huiswerkopdracht gemaakt. Dit gaan we in deze bijeenkomst bespreken.*

### **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen.**

- *Bijeenkomst 5 van het werkboek:*
- *Schema met de 5 G's, theorie*

*We hebben het schema met de 5 G's al vaker besproken in de bijeenkomsten, ook hebben we het gebruikt voor ons huiswerk. We gaan vandaag hier nog eens extra bij stilstaan. Met het schema met de 5 G's gaan we steeds de situatie, waarin je een oplopende spanning of boosheid voelde, onderzoeken. Het is immers belangrijk om te weten waarom dit gebeurt en waar je veranderingen moet oefenen en leren. Je kunt oefenen met andere gedachten, gevoelens en ander gedrag. Dit kan een ander gevolg geven zodat de spanning niet oploopt en jij je doel bereikt.*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
20 min.	<p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p> <p>De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.</p> <p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachten, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).</p> <p>De deelnemer kan samen met de groep een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.</p> <p>De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer.</p> <p>De deelnemer kan samenwerken binnen de 6 stappen van een rollenspel.</p>	<p><i>Als we allemaal het werkboek, bijeenkomst 5 willen pakken. Daar hebben we geleerd dat als we een ongewenste situatie willen ombuigen naar gewenst, dan kan dat in 6 stappen. De 6 stappen staan hier immers beschreven. Dit is voor de komende bijeenkomsten het belangrijkste en gaan we steeds meer over leren en oefenen. We gaan dus veel schema's invullen en rollenspelen doen. Vandaag gaan we met stap 1, extra oefenen (5 G's).</i></p> <p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij Bijeenkomst 5; Schema met de 5 G's; theorie (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen.</i></p> <p>Het hele stuk samen lezen. Iedere alinea vragen of de deelnemers begrijpen wat er staat. Ook aangrijpen op herinnering uit basis werkboek.</p> <p><i>We hebben nogmaals stil gestaan bij het schema met de 5 G's. Dit schema is een belangrijk instrument om er achter te komen wat je kunt veranderen in situaties waardoor het niet onwenselijk of spanning verhogend afloopt. Dit is de eerste stap van het veranderproces wat we in zes stappen steeds doen. Als je deze eerste stap zorgvuldig doet, dan gaan de andere stappen gemakkelijker en kom je eerder tot veranderingen die je helpen.</i></p>	<p>Werkboek</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training:</p> <p>Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>

10 min.	De deelnemer kan op een juiste wijze het schema met de 5 G's invullen.	<p><i>We gaan nu kijken naar het huiswerk wat je voor vandaag hebt gedaan. Iedereen gaat vertellen wat zij/hij heeft ingevuld in het schema. We gaan dan kijken met alles wat we vandaag hebben besproken of de schema's goed zijn ingevuld. Je helpt elkaar met het invullen van een goed schema (iedere deelnemer komt uitvoerig aan de beurt en vertelt zijn gemaakte huiswerk, trainer schrijft mee op het bord).</i></p>	<p>Huiswerk-opdracht</p> <p>Pen</p> <p>Papier</p> <p>Werkboek</p> <p>Stiften</p>
10 min.	<p>De deelnemer kan op een juiste wijze het schema met de 5 G's invullen.</p> <p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachten, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).</p>	<p><i>Nu gaan we nog eens oefenen met het invullen van het schema met de 5 G's. Jullie gaan twee aan twee het stukje tekst lezen, over Harry. Je gaat dan samen het schema invullen. Hier hebben jullie 10 minuten de tijd voor. Dan gaan we het samen bespreken.</i></p> <p>Na 10 minuten komt iedereen weer in de kring.</p> <p><i>Hoe vonden jullie de opdracht?</i></p> <p><i>Lezen voorbeeldverhaal en met z'n allen vergelijken of het schema juist ingevuld is in het boek. Hiervoor het schema op het bord tekenen en cliënten uitnodigen om het schema op de juiste wijze in te vullen. De trainer toetst zo de kennis van de cliënten en kan zo het begrijpend leren van de individuele cliënt bevorderen.</i></p> <p><i>We gaan nu in het werkboek kijken of je de 5 G's juist hebt ingevuld. We gaan beginnen bij de eerste G: gebeurtenis. Als jullie willen kijken naar jullie antwoord en het antwoord wat er staat (hardop voorlezen).</i></p> <p><i>Een deelnemer vragen of hij/zij dit ook had opgeschreven. Dit herhalen bij iedere G uit het schema. (Afhankelijk van de tijd kan een ingevulde huiswerkopdracht uitgespeeld worden via de zes stappen.)</i></p>	<p>Werkblad schema</p> <p>Pen</p> <p>Papier</p> <p>Werkboek</p>

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

Bijeenkomst vijf bestond uit:

- Het schema met de 5 G's
- Voorbeeldverhaal 5 G's
- Extra aandacht voor het schema met de 5 G's

**Opdrachten**

Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 5 door.

Bovendien is het huiswerk voor de volgende keer: in de komende weken maak je vast weer verschillende situaties mee waarbij jij je eigen spanning voelt opkomen. Ga een situatie beschrijven in het formulier met de 5 G's. Neem dit voor de volgende keer mee. Dit gaan we met elkaar bekijken door middel van de 6 stappen van een rollenspel.

Dit heb je de vorige keer ook als huiswerk gehad.

Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt, en ondersteuning of hulp nodig hebt, dan vraag je aan iemand die je kan helpen.

**[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs.

Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:

- Hoe ziet het schema met de 5 G's eruit?
- Waarom is dit een belangrijk schema voor ons?
- Waar ga je op letten bij het invullen van dit schema?
- Wat vind je gemakkelijk om in dit schema op te schrijven?
- Wat vind je moeilijk om in dit schema op te schrijven?

Ook hebben we weer geoefend met het invullen van het schema.

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 5 van het werkboek, voor meer inhoudelijke ondersteuning verwijs ik naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

We sluiten de vijfde bijeenkomst af van de training 'Boosheid en agressie 2 voor gevorderden'.

Hoe vonden jullie de vijfde bijeenkomst?

- Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 6

# **De vijf G's - praktijk**

## Doelen

- De deelnemer weet wat een rollenspel is.
- De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.
- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.
- De deelnemer kan op een juiste wijze het schema met de 5 G's invullen.
- De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.
- De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachten, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).
- De deelnemer kan samen met de groep en trainers, een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie d.m.v. een filmfragment uit DVD (in de supermarkt).
- De deelnemer kan aan de hand van het filmfragment de 5 G's benoemen (werkblad – observatie).
- De deelnemer kan samenwerken binnen de 6 stappen van een rollenspel en dit oefenen.
- De deelnemer weet hoe hij de Eerste Hulp Kaart moet gebruiken.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen (3 per deelnemer)
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- film: de 5 G's en de 5 G's met uitleg Hans
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- bekend zijn met de bijlage 'uitvoering rollenspelen'

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.
- Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).

## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met agressie & boosheid voor gevorderden.*

### **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

*Bijeenkomst vijf bestond uit:*

- *Het schema met de 5 G's*
- *Rollenspelen*
- *Hoe gaan we de rollenspelen uitvoeren: 6 stappen*
- *Oefening met de 6 stappen van het rollenspel*
- *Extra aandacht voor het schema met de 5 G's*

### **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

*Bijeenkomst 6 van het werkboek:*

- *Stap 1: Schema met de 5 G's, theorie en praktijk*
- *6 stappen van ongewenste naar gewenste situatie, van bijeenkomst 3*
- *Bekijken van een filmfragment - observatie.*
- *Gewenste oplossingen benoemen en eventueel naspelen.*

*Ook hebben jullie een huiswerkopdracht gemaakt. Deze bewaren wij voor bijeenkomst 7.*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
40 min.	<p>De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen om te komen tot een gewenste situatie.</p> <p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p> <p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachte, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).</p>	<p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen.</i></p> <p><i>Bijeenkomst 6; Schema met de vijf G's/praktijk (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen.</i></p> <p><i>We hebben de vorige bijeenkomst nogmaals stil gestaan bij het schema met de 5 G's. Dit schema is een belangrijk instrument om er achter te komen wat je kunt veranderen in situaties waardoor het niet wenselijk of spanning verhogend afloopt. Dit is de eerste stap van het veranderproces wat we in zes stappen steeds doen. Als je deze eerste stap zorgvuldig doet, dan gaan de andere stappen gemakkelijker en kom je eerder tot veranderingen die je helpen. Dit herhalen we steeds omdat het erg belangrijk is als je dit goed kan doen. Hoe meer je gaat oefenen, hoe gemakkelijker je dit in je eigen situaties kunt gebruiken.</i></p> <p><i>Je hebt dan geen last meer van allerlei onderdelen in een gebeurtenis, maar je hebt controle. Dit maakt je sterk waardoor de kans op onwenselijke situaties steeds kleiner wordt. Hier is je behandeling ook op gericht. Dat betekent dat je een stuk verder in je behandeling bent als je hebt leren omgaan met je spanning en boosheid. Dat gaan we vandaag ook weer oefenen. Iedereen heeft zijn/haar huiswerk mee. We hebben allemaal een situatie beschreven in het schema van de 5 G's.</i></p> <p><i>Deze gebruiken wij in bijeenkomst 7.</i></p> <p><i>Nu maken wij gebruik van een filmfragment en we oefenen aan de hand van de zes stappen van het rollenspel om van een ongewenste situatie te komen tot een gewenste.</i></p>	<p>Werkboek</p> <p>Whiteboard</p> <p>Stiften</p> <p>Werkboek van de training: Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>Huiswerkopdrachten</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p> <p>Film</p> <p>Laptop</p> <p>Beamer</p>



<p>30 min.</p>	<p>De deelnemer kan op een juiste wijze het ingevulde schema met de 5 G's vertellen.</p> <p>De deelnemer kan zich inleven in de ingebrachte situatie van een filmfragment. Deelnemer is in staat de 5 G's daaruit te halen.</p> <p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer kan samen met de groep en trainers, een ingebrachte situatie omzetten naar een gewenste oplossing volgens de 6 stappen van een rollenspel.</p>	<p><i>Huiswerkopdracht wordt ingenomen en er wordt verteld dat deze in bijeenkomst 7 gebruikt wordt.</i></p> <p><i>Aan de hand van filmfragment het werkblad invullen. Het filmfragment wordt voor de duidelijkheid enkele malen bekeken (minimaal 3 maal). De deelnemer bespreekt zijn ingevulde werkblad.</i></p> <p><i>Tevens vullen wij op het werkblad de 5 G's in. Bekijk de filmfragmenten en laat de deelnemers de opdrachten invullen.</i></p> <p><i>Ga naar het schema van de evaluatie: Wat ging er fout? Hoe zou jij het doen? Bedenk enkele oplossingen en schrijf deze in het schema in het werkboek.</i></p> <p>De ingevulde oplossingen (evaluatie) worden door de trainer op het whiteboard geplaatst. Enkele van deze oplossingen kunnen worden nagespeeld volgens de stappen uit bijeenkomst 3. De deelnemer raakt zo vertrouwd met het spelen van rollenspel. Complimenten geven dat de deelnemer zich goed inzet.</p> <p><i>Als we naar het schema kijken, is het dan zo ingevuld zoals we het in de vorige bijeenkomst hebben geleerd?</i></p>	<p>Huiswerkopdracht</p> <p>Pen Papier</p> <p>Werkboek</p> <p>Whiteboard Stiften Werkblad Schema Film Laptop Beamer Pen Papier Werkboek</p>
----------------	---	--	--

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

Bijeenkomst 6 bestond uit:

- Stap 1: Schema met de 5 G's praktijk
- 6 stappen van ongewenste naar gewenste situatie, van bijeenkomst 3

**Opdrachten**

Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 6 door.

Bovendien is het huiswerk voor de volgende keer: in de komende weken maak je vast weer verschillende situaties mee waarbij jij je eigen spanning voelt opkomen.

Ga een situatie beschrijven in het formulier met de 5 G's. Neem dit voor de volgende keer mee.

Dit gaan we met elkaar bekijken via de 6 stappen van een rollenspel. Dit heb je de vorige keer ook als huiswerk gehad.

Het huiswerk is dus gelijk met de vorige keer. Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt, en ondersteuning of hulp nodig bent, dan vraag je dit aan iemand uit je omgeving.

**[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:

- Hoe ziet het schema met de 5 G's er uit?
- Waarom is dit een belangrijk schema voor ons?
- Waar ga je op letten bij het invullen van dit schema?
- Wat vind je gemakkelijk om in dit schema op te schrijven?
- Wat vind je moeilijk om in dit schema op te schrijven?
- Ook hebben we weer geoefend met het invullen van het schema.
- Wat zijn de volgende stappen om van een ongewenste situatie naar een gewenste te gaan?
- Waarom oefenen we dit in rollenspelen?

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 5 van het werkboek, voor meer inhoudelijke ondersteuning verwijs ik naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 6

**Werkboek:  
De vijf G's – praktijk**

Vorige week hebben jullie een huiswerkopdracht meegekregen. Jullie hebben een lijst ontvangen. Daarop heb je een gebeurtenis ingevuld. Verder hebben jullie dit uitgewerkt met de andere G's (Gedachte, Gevoel, Gedrag en Gevolg).

Wij gaan nu een filmscène in een supermarkt zien. Let bij het invullen van het werkblad (deze krijg je van de trainer) op de mevrouw met het winkelkarretje.

Als het goed is, heb je in het werkblad je eigen oplossing ingevuld (bij evaluatie). Laat ons nu maar kijken of er een geschikte oplossing tussen zit. Enkele oplossingen kunnen we nu gaan naspelen in een rollenspel. En nu op zoek naar de gewenste oplossing.

Een rollenspel kan jou de mogelijkheid bieden om straks in moeilijke situaties rustig te blijven en het overzicht te behouden. Kijk ook af en toe op de achterkant van je Eerste Hulp Kaart.

**Jij bent dus de baas over de situatie!!!**

# EHK

## Eerste Hulp Kaart

1. Probeer rustig te blijven!
2. Vertel wat je boos maakt!
3. Let op de reactie van de ander!
4. Laat elkaar uitpraten!

Bijeenkomst 7

# **Rollenspel**

## Doelen

- De deelnemer weet wat een rollenspel is.
- De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.
- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.
- De deelnemer kan samen met de groep = trainers, een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer.
- De deelnemer kan samenwerken binnen de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan uit een verhaal de 5 G's halen.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen (3 per deelnemer)
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de gevorderden training
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- markeerstiften in de kleuren van de vijf G's volgens werkblad bijeenkomst 7 B
- bekend zijn met de bijlage 'uitvoering rollenspelen'

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.
- Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).

## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training 'Omgaan met agressie & boosheid voor gevorderden'.*

### **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

*Bijeenkomst zes bestond uit:*

- *wat is een rollenspel?*
- *de 6 stappen van een rollenspel:*
  1. *Gebeurtenis inbrengen door cliënten (exploratie)*
  2. *Alle gebeurtenissen opschrijven en vervolgens turven (sharing)*
  3. *Eén gebeurtenis onderzoeken en naspelen (modeling)*
  4. *Vragen naar een alternatief*
  5. *Enkele alternatieven naspelen en geschikte oplossing bespreken*
  6. *Eventuele afspraken maken*

### **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

Bijeenkomst 7 van het werkboek:

- Rollenspelen: de 6 stappen in praktijk
- Invullen werkblad bijeenkomst 7 B – de 5 G's

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
50 min.	<p>Herhalen bijeenkomst 6 door invullen werkblad bijeenkomst 7B – 5 G's.</p> <p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Alle deelnemers krijgen een werkblad – bijeenkomst 7 B – uitgereikt. Hiervoor worden er markeerstiften op tafel gelegd in de passende vijf kleuren.</i></li> <li>- <i>De deelnemer moet nu proberen de 5 G's uit het verhaal te halen door deze te markeren.</i></li> <li>- <i>De trainer geeft van te voren aan dat Diedrick de persoon is waar het over gaat en dat de 5 G's hierop dus van toepassing zijn.</i></li> <li>- <i>Na deze opdracht gedaan te hebben wordt het werkblad gezamenlijk doorgenomen.</i></li> <li>- <i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen op de bladzijde Bijeenkomst 7; Rollenspel- praktijk.</i></li> <li>- <i>We gaan de huiswerkopdrachten van bijeenkomst 5 en de huiswerkopdracht van de vorige keer bespreken. Met rollenspelen speel je dus de situaties uit het huiswerk na. We gaan situaties naspelen die jullie inbrengen en spanning opleverden. We gaan samen onderzoeken hoe de situatie verliep.</i></li> </ul> <p><i>Alle deelnemers krijgen de volgende procedure:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Een ieder in de groep wordt gevraagd of ze een gebeurtenis willen inbrengen wat ze de afgelopen tijd heeft beziggehouden en die misschien nog steeds wat spanning oplevert als je er aan terugdenkt.</i></li> <li>2. <i>Alle gebeurtenissen die er genoemd worden schrijven we op. Daarna gaan we, bij elke gebeurtenis, vragen of er mensen zijn die deze gebeurtenis ook herkennen in hun eigen leven. Bij herkenning wordt er een streepje achter de gebeurtenis gezet (turven).</i></li> <li>3. <i>De gebeurtenis met de meeste herkenning wordt gekozen. Er worden vragen gesteld over de gebeurtenis: Waar stond je?...Wat zei hij/zij?.....enz. Daarna wordt hij zo goed mogelijk nagespeeld.</i></li> <li>4. <i>Er wordt een rondje gemaakt en gekeken of er mensen zijn die 'het probleem' eventueel anders zouden oplossen. Er bestaan vaak meerdere oplossingen.</i></li> <li>5. <i>Enkele oplossingen/alternatieven gaan we naspelen en bespreken.</i></li> <li>6. <i>Misschien wil degene die de eerste Gebeurtenis heeft ingebracht de nieuwe/alternatieve oplossing naspelen en gaan gebruiken om zo zijn Gebeurtenis met tevredenheid te kunnen afsluiten. Eventuele afspraken kunnen er gemaakt worden.</i></li> </ol>	<p>Werkboek Whiteboard Stiften Voldoende markeerstiften in de juiste kleuren</p> <p>Werkboek van de gevorderden training</p> <p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p>



10 min.	De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen.	De 6 stappen zijn als volgt beschreven:  <i>Gebeurtenis inbrengen door cliënten (exploratie)</i> <i>Alle gebeurtenissen opschrijven en vervolgens turven (sharing)</i> <i>Eén gebeurtenis onderzoeken en naspelen (modeling)</i> <i>Vragen naar een alternatief.</i> <i>Enkele alternatieven naspelen en geschikte oplossing bespreken.</i> <i>Eventuele afspraken maken.</i>	Whiteboard Stiften  Pennen voor deelnemers  Papier voor deelnemers
---------	--	--	---

### **[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

*Bijeenkomst zeven bestond uit:*

- *Oefenen m.b.v. werkblad van de 5 G's (Diedrick)*
- *Rollenspelen*
- *Hoe gaan we de rollenspelen uitvoeren: 6 stappen*
- *Oefening met de 6 stappen van het rollenspel*

### **[5 min.] Opdrachten**

*Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 8 door met je persoonlijke begeleider van de afdeling. Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt, en ondersteuning of hulp nodig hebt, dan vraag je dit aan je persoonlijke begeleider.*

### **[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

*We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:*

*Wat zijn de 6 stappen die we gebruiken om een ongewenste situatie te gaan ombuigen naar een gewenste?*

*Je mag je werkboek gebruiken bij het beantwoorden van de volgende vragen:*

*Wat doe je bij stap 1?*

*Wat doe je bij stap 2?*

*Wat doe je bij stap 3?*

*Wat doe je bij stap 4?*

*Wat doe je bij stap 5?*

*Wat doe je bij stap 6?*

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 3 van het werkboek, voor inhoudelijke ondersteuning verwijs ik naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

### **Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 8

**Ontremmers -  
Goedpraters - Schijnbaar  
Onbelangrijke Beslissingen**

## Doelen

- De deelnemer weet wat ontremmers, goedpraters en schijnbaar onbelangrijke beslissingen zijn.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van een ontremmer.
- De deelnemer weet dat een ontremmer een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van goedpraters.
- De deelnemer weet dat een goedprater een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van een schijnbaar onbelangrijke beslissing.
- De deelnemer weet dat een schijnbaar onbelangrijke beslissing een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.
- Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).

# Inhoud programma

## **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training 'Omgaan met agressie & boosheid voor gevorderden'.*

## **Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

*Bijeenkomst zeven bestond uit:*

- *Praktijk*
- *6 stappen van ongewenste naar gewenste situatie*

## **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

*Bijeenkomst 8 van het werkboek:*

- *Ontremmers*
- *Goedpraters*
- *Schijnbaar onbelangrijke beslissingen/oplossingen*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
40 min.	<p>De deelnemer weet wat ontremmers, goedpraters en schijnbaar onbelangrijke beslissingen zijn.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van een ontremmer.</p> <p>De deelnemer weet dat een ontremmer een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van goedpraters.</p> <p>De deelnemer weet dat een goedprater een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van een schijnbaar onbelangrijke beslissing.</p> <p>De deelnemer weet dat een schijnbaar onbelangrijke beslissing een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p>	<p><i>We gaan deze bijeenkomst nog eens leren wat ontremmers, goedpraters en schijnbaar onbelangrijke beslissingen zijn. Deze woorden heb je ook gehad en gebruikt bij de module 'delictscenario'.</i></p> <p><i>Wie kan zich deze woorden nog herinneren?</i></p> <p><i>Wat betekenen deze woorden?</i></p> <p><i>Waarom is het zo belangrijk dat we deze onderwerpen herkennen in ons denken en doen? Iedereen heeft al een antwoord bedacht op deze vragen. We gaan nu een stukje lezen over deze woorden en kan je vergelijken of je antwoord wat je net hebt gegeven overeenkomt met wat er in het boek staat.</i></p> <p><i>Als iedereen het werkboek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen bij de uitleg van ontremmers, goedpraters en Schijnbaar onbelangrijke beslissingen.</i></p> <p>Stap voor stap de tekst en de bijeenkomst volgen zoals het omschreven staat in het werkboek (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo).</p> <p><i>Wat wordt er bedoeld met ontremmers?</i></p> <p><i>Wat wordt bedoeld met Goedpraters?</i></p> <p><i>Wat zijn Schijnbaar onbelangrijke beslissingen?</i></p>	<p>Deelnemers -boek</p> <p>Whiteboard stiften</p> <p>Werkboek van de gevorderden training</p> <p>Huiswerkopdrachten</p> <p>Pennen voor deelnemers</p>

<p>20 min.</p>		<p><i>We gaan nu kijken naar schijnbaar onbelangrijke beslissingen.</i></p> <p>Lees samen de tekst en het voorbeeld.</p> <p>Maak samen met de cliënten de opdrachten die volgen uit de tekst.</p> <p>Het is moeilijk om alles te kunnen vinden en juist te benoemen, maar het is een oefening waarin we leren kijken naar bepaalde gebeurtenissen en wat er van invloed kan zijn op de gebeurtenis.</p>	<p>Pennen voor deelnemers</p> <p>Papier voor deelnemers</p> <p>Werkboeken</p> <p>Whiteboard stiften</p> <p>Werkboek van de basistraining</p> <p>Huiswerkopdrachten</p>
----------------	--	---	--

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

Bijeenkomst 8 bestond uit:

- Ontremmers - Goedpraters en Schijnbaar onbelangrijke beslissingen
- Wij hebben werkbladen ingevuld om met de O-G-S te oefenen

**Opdrachten**

Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk:

Lees bijeenkomst 9 door.

**[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:

- Wat zijn Goedpraters?
- Wat zijn Ontremmers?
- Wat is een schijnbaar onbelangrijke beslissing?
- Waarom zijn deze onderdelen belangrijk in onze agressieketen?
- Waarom moet je dit kennen bij jezelf?

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 5 van het werkboek, voor meer inhoudelijke ondersteuning verwijs ik naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.



Bijeenkomst 9

**Film en praktijk  
oefenen met Goedpraters,  
Ontremmers en  
Schijnbaar onbelangrijke  
beslissingen**

## Doelen

- De deelnemer kan vertellen wat 'goedpraters' zijn.
- De deelnemer kan vertellen wat 'ontremmers' zijn.
- De deelnemer kan vertellen wat 'schijnbaar onbelangrijke beslissingen' zijn.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van een ontremmer, uit de getoonde film.
- De deelnemer weet dat een ontremmer een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.
- De deelnemer weet dat een goedprater een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van een 'goedprater', uit de getoonde film.
- De deelnemer kan een voorbeeld geven van een schijnbaar onbelangrijke beslissing, uit de getoonde film.
- De deelnemer weet dat een schijnbaar onbelangrijke beslissing een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen (3 per deelnemer)
- whiteboard
- stiften
- een werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- film + apparatuur

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.
- Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).

## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training 'Omgaan met agressie & boosheid voor gevorderden'.*

### **Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

*Bijeenkomst 8 van het werkboek:*

- *Ontremmers - Goedpraters - Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen*
- *We hebben een ingebrachte situatie besproken en in deze stappen van het rollenspel behandeld. Hierdoor hebben we een onwenselijke situatie onderzocht en samen omgebogen naar oplossingen, richting een wenselijke situatie. We hebben ook binnen deze situatie gekeken naar ontremmers, goedpraters en schijnbaar onbelangrijke oplossingen.*

### **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

*Bijeenkomst 9 van het werkboek: Film 5 B's: 'Boos' en praktijk, oefenen met:*

- *Ontremmers*
- *Goedpraters*
- *Schijnbaar onbelangrijke beslissingen/oplossingen*

*We gaan vandaag een stukje film drie keer bekijken. Allereerst ga je het stukje film helemaal bekijken.*

*Je hebt de situatie dan helemaal een keer gezien. Dan gaan we de film opnieuw draaien en ga je kijken of je 'goedpraters' hoort. Deze schrijf je op. Je schrijft dan in het vakje van de goedpraters waar de goedprater werd gezegd en je schrijft de goedprater ook op in dit vakje. We gaan dan met elkaar bekijken wat we hebben gezien en gehoord. Als we dit hebben afgerond, gaan we hetzelfde weer doen maar dan met de ontremmers.*

*Uiteindelijk bekijken we de film nogmaals en gaan we de schijnbaar onbelangrijke beslissingen eruit halen.*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
10 min.	<p>De deelnemer kan vertellen wat 'goedpraters' zijn.</p> <p>De deelnemer weet dat een goedprater een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van een 'goedprater', uit de getoonde film.</p>	<p><i>We gaan een stukje film drie keer bekijken. Allereerst ga je het stukje film helemaal bekijken. Je hebt de situatie dan helemaal een keer gezien. Dan gaan we de film opnieuw draaien en ga je kijken of je <b>'goedpraters'</b> hoort. Deze schrijf je op. Je schrijft dan in het vakje van de goedpraters waar de goedprater werd gezegd en je schrijft de goedprater ook op in dit vakje. We gaan dan met elkaar bekijken wat we hebben gezien en gehoord. Als we dit hebben afgerond, gaan we hetzelfde weer doen maar dan met de ontremmers. Uiteindelijk bekijken we de film nogmaals en gaan we de schijnbaar onbelangrijke beslissingen er uit halen.</i></p> <p><i>De gevonden antwoorden schrijf je op een werkblad (trainer deelt de werkbladen uit).</i></p> <p><i>We gaan de film nu eerst een keer helemaal bekijken. Je hoeft niets op te schrijven. Bekijk wat er gebeurt.</i></p> <p><i>Jullie hebben allemaal het stukje gezien. Als je in je eigen woorden moet vertellen wat er is gebeurd, hoe zou je dit dan uitleggen (aantal deelnemers verhaal laten vertellen)?</i></p> <p><i>Nu gaan we de film nog eens bekijken maar nu ga je letten op <b>'goedpraters'</b>. Als je ze hoort schrijf je ze op, ook schrijf je er bij wie dit heeft gezegd of wanneer dit werd gezegd. Wie kan me vertellen wat een goedprater is? Waarom zijn ze belangrijk binnen de agressieketen van iemand?</i></p> <p>Film draaien, na iedere gebeurtenis de film even stop zetten zodat de deelnemers de tijd hebben om te schrijven. Als de film klaar is, de deelnemers even de tijd geven om de antwoorden verder uit te schrijven. De deelnemer die moeilijk of niet kan lezen of schrijven wordt geholpen door de trainer.</p> <p>Als iedereen klaar is met schrijven dan centraal de antwoorden die gegeven zijn bespreken. Ieder opgeschreven antwoord wordt door de groep beoordeeld: is het een goedprater? Waarom wel of waarom niet?</p> <p>Antwoord op het bord schrijven, zodat de deelnemers het over kunnen schrijven.</p>	<p>Werkboeken</p> <p>laptop beamer film: 5 B's boos</p> <p>whiteboard stiften</p> <p>werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>pennen voor deelnemers</p> <p>papier voor deelnemers</p>

10 min.	<p>De deelnemer kan vertellen wat 'ontremmers' zijn.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van een ontremmer, uit de getoonde film.</p> <p>De deelnemer weet dat een ontremmer een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p>	<p><i>Nu gaan we de film nog eens bekijken maar nu ga je letten op 'ontremmers'. Als je ze hoort schrijf je ze op, ook schrijf je er bij wie dit heeft gezegd of wanneer dit werd gezegd. Wie kan me vertellen wat een ontremmer is? Waarom zijn ze belangrijk binnen de agressieketen van iemand?</i></p> <p>Film draaien, na iedere gebeurtenis de film even stop zetten zodat de deelnemers de tijd hebben om te schrijven. Als de film klaar is, de deelnemers even de tijd geven om de antwoorden verder uit te schrijven. De deelnemer die moeilijk of niet kan lezen of schrijven wordt geholpen door de trainer. Als iedereen klaar is met schrijven dan centraal de antwoorden die gegeven zijn bespreken. Ieder opgeschreven antwoord wordt door de groep beoordeeld: is het een ontremmer? Waarom wel of waarom niet?</p> <p>Antwoord op het bord schrijven, zodat de deelnemers het over kunnen schrijven.</p>	<p>Werkboeken</p> <p>film + apparatuur</p> <p>whiteboard stiften</p> <p>werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>pennen voor deelnemers</p> <p>papier voor deelnemers</p>
10 min.	<p>De deelnemer kan vertellen wat 'schijnbaar onbelangrijke beslissingen' zijn.</p> <p>De deelnemer kan een voorbeeld geven van een schijnbaar onbelangrijke beslissing, uit de getoonde film.</p> <p>De deelnemer weet dat een schijnbaar onbelangrijke beslissing een belangrijk onderdeel is in zijn agressieketen.</p>	<p><i>Nu gaan we de film nog eens bekijken maar nu ga je letten op "schijnbaar onbelangrijke beslissingen". Als je ze hoort schrijf je ze op, ook schrijf je er bij wie of wanneer dit werd gezegd. Wie kan me vertellen wat een schijnbaar onbelangrijke beslissing is? Waarom zijn ze belangrijk binnen de agressie keten van iemand.</i></p> <p>Film draaien, na iedere gebeurtenis de film even stop zetten zodat de deelnemers de tijd hebben om te schrijven. Als de film klaar is, de deelnemers even de tijd geven om de antwoorden verder uit te schrijven. De deelnemer die moeilijk of niet kan lezen of schrijven wordt geholpen door de trainer. Als iedereen klaar is met schrijven dan centraal de antwoorden die gegeven zijn bespreken. Ieder opgeschreven antwoord wordt door de groep beoordeeld: is het een schijnbaar onbelangrijke beslissing? Waarom wel of waarom niet?</p> <p>Antwoord op het bord schrijven, zodat de deelnemers het over kunnen schrijven.</p>	<p>Werkboeken</p> <p>film+ apparatuur</p> <p>whiteboard stiften</p> <p>werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>pennen voor deelnemers</p> <p>papier voor deelnemers</p>
10 min.		<p><i>Opdracht: schrijf de gebeurtenis uit de film in het schema van de 5 G's, in je werkboek.</i></p> <p>Trainer loopt rond en helpt de deelnemers met vragen of geven van ondersteuning.</p>	<p>Deelnemers -boek</p> <p>Pen</p>

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

*Bijeenkomst negen bestond uit:*

- *Ontremmers - Goedpraters en Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen vinden uit een film.*
- *Ontremmers - Goedpraters en Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen uit het huiswerk van de vorige keer bespreken.*

*We hebben vandaag een stukje film drie keer gezien. Allereerst helemaal bekeken. Je hebt de situatie dan helemaal een keer gezien. Toen hebben we de film nog eens drie keer bekeken.*

*Eerst om op zoek te gaan naar 'Goedpraters', dan naar 'Ontremmers' en uiteindelijk naar 'Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen'. Alle antwoorden heb je opgeschreven en we hebben alle antwoorden met elkaar vergeleken en nagekeken.*

**[5 min.] Opdrachten**

*Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: lees bijeenkomst 9 door.*

*Bovendien is het huiswerk voor de volgende keer:*

*In de komende weken maak je vast weer verschillende situaties mee waarbij jij je eigen spanning voelt opkomen. Ga een situatie beschrijven in het formulier met de 5 G's. Neem dit voor de volgende keer mee.*

*Dit gaan we met elkaar bekijken via de 6 stappen van een rollenspel.*

*Als je de huiswerkopdracht moeilijk vindt, en ondersteuning of hulp nodig hebt, dan vraag je dit aan je persoonlijke begeleider.*

**[5 min.] Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

*We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:*

- *Wat zijn Goedpraters?*
- *Wat zijn Ontremmers?*
- *Wat is een schijnbaar onbelangrijke beslissing?*
- *Waarom zijn deze onderdelen belangrijk in onze agressieketen?*
- *Waarom moet je dit kennen bij jezelf?*

*(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 5 van het werkboek, voor meer inhoudelijke ondersteuning verwijs ik naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)*

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.

Bijeenkomst 10

# **Rollenspel video-opname**

## Doelen

- De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen om van een ongewenste situatie, te gaan naar een gewenste situatie.
- De deelnemer kan op een juiste wijze het schema met de 5 G's invullen.
- De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.
- De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachten, gevoel of gedrag zodat je gevolg anders wordt).
- De deelnemer kan samen met de groep en trainers, een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer.
- De deelnemer kan samenwerken in de 6 stappen van een rollenspel.
- De deelnemer kan het geleerde: de Spanningspiramide, Spanningsthermometer, schema met de 5 G's en de Eerste Hulp Kaart toepassen waar nodig.

## Benodigde materialen en voorbereiding

- werkboeken
- werkbladen (3 per deelnemer)
- whiteboard
- stiften
- werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners
- pennen voor de deelnemers
- papier voor de deelnemers
- videocamera, statief
- afspeelapparatuur
- kennis in de omgang met videoapparatuur

## Aandachtspunten voor de trainer

- Motiverende en ondersteunende houding van de trainer.
- Nadruk leggen op meerwaarde in de behandeling voor de deelnemer (motiverende houding).



## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Hartelijk welkom bij de training. Goed dat jullie er zijn, omdat je op deze manier weer een bijeenkomst verder komt in de training Omgaan met boosheid en agressie 2.*

### **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal punten besproken, namelijk:*

- *Bijeenkomst 9 van het werkboek:*
- *Ontremmers - Goedpraters en Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen vinden uit een film.*
- *Ontremmers - Goedpraters en Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen uit het huiswerk van de vorige keer bespreken.*

*We hebben in de vorige bijeenkomst een stukje film een aantal keren gezien, om op zoek te gaan naar: Goedpraters, Ontremmers en Schijnbaar Onbelangrijke Beslissingen.*

### **Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

Bijeenkomst 10 van het werkboek:

- *Vandaag gaan we alle geleerde onderdelen in de praktijk oefenen.*
- *Dit gaan we doen aan de hand van de door jullie ingebrachte spanningsvolle situaties uit de huiswerkopdracht.*
- *We gaan het behandelen aan de hand van de zes stappen van het rollenspel. In de eerste stap komt het schema met de 5 G's er bij en door de hele bijeenkomst heen hebben we het over: de Spanningspiramide, de Spanningsthermometer, de Eerste Hulp Kaart, goedpraters, ontremmers en schijnbaar onbelangrijke beslissingen.*

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
10 min.	<p>De deelnemer kent de 6 stappen/regels van de rollenspelen om te komen tot een gewenste situatie.</p> <p>De deelnemer weet wat een rollenspel is.</p> <p>De deelnemer weet waarom we rollenspelen doen.</p> <p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer weet dat een ingevuld schema met de 5 G's je informatie geeft waar je veranderingen in moet gaan oefenen (in je gedachte, gevoel of gedrag zodat je gevolgd anders wordt).</p>	<p><i>Als iedereen het deelnemers boek voor zich wil nemen, gaan we beginnen te lezen. Bijeenkomst 10; Rollenspel video-opname (als er deelnemers in de groep zitten die hardop kunnen lezen, samen hardop doornemen, zo niet, zelf voorlezen op een langzaam tempo zodat de deelnemers de tekst kunnen volgen). Begin te lezen. We maken in deze bijeenkomst gebruik van alle onderdelen die we in de training hebben geleerd en die belangrijk zijn in de agressieketen.</i></p> <p><i>Want: In de rollenspelen gaan we immers onwenselijke situaties omzetten in wenselijke. Hiervoor maken we, waar nodig, gebruik van:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- schema met de 5 G's</li> <li>- de spanningspiramide</li> <li>- de spanningsthermometer</li> <li>- de Eerste Hulp Kaart</li> </ul> <p><i>We hebben de vorige bijeenkomsten vaak stil gestaan bij het schema met de 5 G's. Dit schema is een belangrijk instrument om er achter te komen wat je kunt veranderen in situaties waardoor het niet wenselijk of spanning verhogend afloopt. Dit is de eerste stap van het veranderproces wat we in zes stappen steeds doen. Als je deze eerste stap zorgvuldig doet, dan gaan de andere stappen gemakkelijker en kom je eerder tot veranderingen die je helpen. Dit herhalen we steeds omdat het erg belangrijk is als je dit goed kan doen. Hoe meer je gaat oefenen, hoe gemakkelijker je dit in je eigen situaties kunt gebruiken. Je hebt dan geen last meer van allerlei onderdelen in een gebeurtenis, maar je hebt controle. Dit maakt je sterk waardoor de kans op onwenselijke situaties steeds kleiner wordt.</i></p> <p><i>Hier is je behandeling ook op gericht. Dat betekent dat je een stuk verder in je behandeling bent als je hebt leren omgaan met je spanning en boosheid. Dat gaan we vandaag ook weer oefenen. Iedereen heeft zijn/haar huiswerk mee. We hebben allemaal een situatie beschreven in het schema van de 5 G's. We gaan alle ingevulde schema's verder bespreken en oefenen aan de hand van de zes stappen van het rollenspel om van een ongewenste situatie te komen tot een gewenste.</i></p> <p><i>Zo hebben we al verschillende situaties met elkaar doorgenoemen. Nu gaan we het geheel opnemen met een camera, zodat je naderhand een video hebt waarop jij jezelf terug kunt zien. Door jezelf terug te zien, kan je een andere kijk op jezelf krijgen. Je kunt je gedrag vanuit een ander oogpunt bekijken, dus ook beoordelen. Je ziet jezelf dan even zoals anderen je zien.</i></p>	<p>Werkboeken</p> <p>whiteboard stiften</p> <p>werkboek van de training</p> <p>Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners</p> <p>huiswerkopdrachten</p> <p>pennen voor deelnemers</p> <p>papier voor deelnemers</p> <p>videocamera</p> <p>statief</p>

		<p>Natuurlijk is dit een leerproces voor jezelf, dus de video's worden niet voor andere doeleinden gebruikt dan binnen deze bijeenkomsten.</p> <p>In het werkboek worden genoemd:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de Spanningspiramide</li> <li>- de Spanningsthermometer</li> <li>- de Eerste Hulp Kaart</li> </ul> <p>Wat is een Spanningspiramide en wanneer gebruik je dit?  Wat is een Spanningsthermometer en wanneer gebruik je dit?  Iedereen heeft een Eerste Hulp Kaart, wanneer gebruik je deze kaart?</p> <p>We gaan nu alles bespreken aan de hand van de huiswerk-opdrachten die jullie hebben gemaakt.</p>	
10 min.	<p>De deelnemer kan op een juiste wijze het ingevulde schema met de 5 G's vertellen.</p> <p>De deelnemer kan zich inleven in een ingebrachte situatie van een mede deelnemer. De deelnemer kan de Spanningspiramide, Spanningsthermometer en Eerste Hulp Kaart gebruiken waar nodig.</p>	<p><i>Wie wil vandaag beginnen met het inbrengen van de beschreven huiswerkopdracht (deelnemer aanwijzen als niemand zich spontaan opgeeft)? We gaan nu kijken naar het huiswerk wat je voor vandaag hebt gedaan. Dit is stap 1 van de zes stappen.</i></p> <p>De deelnemer vertelt zijn ingebrachte situatie en de trainer schrijft dit op het bord. Complimenten geven dat de deelnemer goed geprobeerd heeft het schema in te vullen en dat dit een goede oefening is voor controle over je eigen spanningen of boosheid. (Iedereen gaat met de deelnemer meekijken of er nog aspecten moeten worden aangevuld of veranderd. Het tempo moet samengaan met de verwerkingsnelheid van de deelnemer die het inbrengt en met de andere deelnemers.)</p>	<p>huiswerk-opdracht</p> <p>pen papier</p> <p>werkboek</p> <p>whiteboard stiften</p>

20 min.	<p>De deelnemer weet dat het schema met de 5 G's de situatie onderzoekt en je informatie geeft waarom/ waardoor de spanning omhoog is gegaan.</p> <p>De deelnemer kan samen met de groep en trainers, een ingebrachte situatie omzetten in de 6 stappen van een rollenspel.</p> <p>De deelnemer kan samenwerken in de 6 stappen van een rollenspel.</p> <p>De deelnemer kan de Spanningspiramide, Spanningsthermometer en Eerste Hulp Kaart gebruiken waar nodig.</p> <p>De rollenspellen worden opgenomen op video.</p>	<p><i>We hebben nu stap 1 gedaan, we gaan verder met de andere stappen om naar een gewenste situatie toe te werken. Schrijf de antwoorden uit de volgende stappen op en bewaar dit bij je schema met de 5 G's, in je map. Dan kan je het altijd weer lezen.</i></p> <p><b>Nr.2</b> <i>Het samen delen en bekijken van je probleem, noemen we sharing, en dat betekent in het Engels 'delen'. Dit doen we aan de hand van de vragen: Kunnen we ons dit voorstellen? Wat vind je ervan? Enz.</i></p> <p><b>Nr.3</b> <i>Allerlei oplossingen of gedragingen samen bedenken. Denk aan gebruik spanningspiramide, spanningsthermometer en Eerste Hulp Kaart</i></p> <p><b>Nr.4</b> <i>Alle oplossingen en gedragingen spelen in een rollenspel</i></p> <p><b>Nr.5</b> <i>Een oplossing of gedrag uitkiezen en naspelen</i></p> <p><b>Nr.6</b> <i>Later bespreken en nakijken of de oplossing die je gekozen hebt, heeft geholpen om je doel te bereiken Dus dat de gekozen oplossing ook blijkt te werken. En dat de spanning door de oplossing juist afneemt i.p.v. erger wordt.</i></p> <p><i>De stappen worden omgezet in een rollenspel en deze wordt opgenomen.</i></p> <p><i>Nu gaan we de video bekijken. Vragen naar aanleiding van de video:</i></p> <p><i>Wat valt je op aan de video? Reageer je anders dan dat je dacht? Is de onwenselijke situatie door middel van het rollenspel omgezet in een wenselijke? Denk je dat je dit kunt gaan oefenen als je straks weer op de afdeling bent? En dat je beter om kunt gaan met je spanningen als je straks na je behandeling op Hoeve Boschoord ergens anders woont? Waarom denk je dat? Hoe denken de mede deelnemers hierover?</i></p> <p>Bovenstaande herhalen bij andere deelnemer en ingebrachte situatie, oefenen tot laatste kwartier van de bijeenkomst, dan afsluiten.</p>	<p>werkblad schema</p> <p>pen papier</p> <p>werkboek</p>
---------	--	--	--

**[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst**

Bijeenkomst 10 bestond uit:

- Stap 1: Schema met de 5 G's, theorie en praktijk
- De 6 stappen van ongewenste naar gewenste situatie, zie bijeenkomst 3
- Op de juiste momenten gebruik kunnen maken van de Spanningspiramide, Spanningsthermometer en de Eerste Hulp Kaart

**Evaluatie en afsluiten van de bijeenkomst**

We gaan in het kort nog even de onderwerpen die we hebben besproken langs. Dit doen we door de volgende vragen te beantwoorden:

- Hoe ziet het schema met de 5 G's er uit?
- Waarom is dit een belangrijk schema voor ons?
- Waar ga je opletten bij het invullen van dit schema?
- Wat vind je gemakkelijk om in dit schema op te schrijven?
- Wat vind je moeilijk om in dit schema op te schrijven?
- Ook hebben we weer geoefend met het invullen van het schema
- Wat zijn de volgende stappen om van een ongewenste situatie naar een gewenste te gaan?
- Waarom oefenen we dit in rollenspelen?
- Waarom is het belangrijk om de spanningspiramide te kennen?
- Waarom is het belangrijk om de spanningsthermometer te kennen?
- Waarom moet jij je Eerste Hulp Kaart kennen en bij je hebben?

(Antwoorden zijn letterlijk terug te lezen in bijeenkomst 5 van het werkboek, voor meer inhoudelijke ondersteuning wordt verwezen naar het werkboek van de training Omgaan met boosheid en agressie 1, voor beginners.)

**[5 min.] Afsluiting van de bijeenkomst**

*Bedankt voor jullie aanwezigheid, ik hoop dat jullie er wat van geleerd hebben en dit ook kunnen toepassen in het dagelijks leven. In de volgende bijeenkomst gaan we de module afsluiten. Je ontvangt een certificaat en we gaan samen een eindrapport opschrijven. In het eindrapport beschrijven we samen de voortgang die jij hebt gemaakt op alle doelen van deze module. Dit is belangrijk voor jou en je behandeling.*

*Tot de volgende keer.*

**Terugkoppeling van de trainers aan het team**

De trainer vult samen met de cliënt de Individuele deelnemerskaart in. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de behandelaars van de cliënt. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken.



Bijeenkomst 11

# **Afsluiting module 6**

## Benodigde materialen en voorbereiding

- Eindverslagen
- Module evaluatieformulier GoA om mee te geven (1 per deelnemer)
- Certificaten voor de geslaagde deelnemers

## Aandachtspunten voor de trainer

- Aangezien dit de laatste bijeenkomst is, zijn er geen gerichte oefeningen meer gepland. Er wordt teruggekeken op de voorgaande bijeenkomsten.
- Tijdens de bijeenkomst houden de trainers een korte bespreking, waarbij één van de trainers namens de trainers de Individuele deelnemerskaarten invult.
- Tijdens deze bijeenkomst wordt door de trainers voor module 6 het Eindverslag module GoA ingevuld samen met de deelnemer.

## Inhoud programma

### **[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom**

*Welkom bij deze laatste bijeenkomst van de module Omgaan met boosheid en agressie 2, voor gevorderden.*

### **[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht**

*De vorige bijeenkomst hebben we een aantal dingen gedaan, namelijk:*

- *Alle geleerde onderdelen in de praktijk geoefend.*
- *Dat is gedaan aan de hand van de door jullie ingebrachte spanningsvolle situaties uit de huiswerkopdracht.*
- *Het is behandeld aan de hand van de zes stappen van het rollenspel. In de eerste stap komt het schema met de 5 G's er bij en door de hele bijeenkomst heen hebben we het over: de Spanningspiramide, de Spanningsthermometer, de Eerste Hulp Kaart, goedpratens, ontremmers en schijnbaar onbelangrijke beslissingen.*

### **[5 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen**

Vandaag gaan we de module afsluiten met het uitgebreid bespreken van jouw Eindverslag voor deze module. Je krijgt aan het einde van de bijeenkomst je certificaat uitgereikt en je krijgt een module evaluatieformulier mee om met je persoonlijk begeleider in te vullen.



Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
60 min.	Deelnemer kan bij elk doel van deze module aangeven in hoeverre het doel behaald is en welke leerpunten er nog zijn (samen met de trainer).	<p>De module wordt individueel afgerond door het module Eindverslag samen met de individuele deelnemer en zo nodig de persoonlijk begeleider in te vullen en te bespreken.</p> <p>De Certificaten worden ingevuld en door de trainers uitgedeeld.</p> <p>De deelnemers krijgen drinken aangeboden ter afsluiting van de module. Ze worden gevraagd om anoniem – met ondersteuning van hun persoonlijk begeleider – het Module evaluatieformulier deelnemers GoA in te vullen.</p>	<p>Eindverslag module 6</p> <p>certificaat</p> <p>module evaluatie formulier</p> <p>deelnemers GoA</p>

## Uitreiking van het Certificaat aan de deelnemers.

### [5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst

Vandaag hebben we jouw Eindverslag gemaakt voor deze module en je hebt je certificaat behaald!

### [5 min.] Evaluatie

*We gaan in het kort nog even kort bespreken wat je van deze module vond.*

### [5 min.] Afsluiting van de bijeenkomst

*Bedankt voor jullie aanwezigheid door de weken heen. Ik hoop dat jullie er wat van geleerd hebben en dit ook kunnen toepassen in het dagelijks leven. Succes!*

## **Terugkoppeling van de trainers aan het team en de onderzoekers bij afronding module**

(Zie voor meer informatie en voor de formulieren de Algemene inleiding van de Programmahandleiding GoA, de Beoordelings- en evaluatiehandleiding.)

### *Individuele deelnemerskaart*

De co-trainer zorgt ervoor dat namens de trainers voor alle deelnemers de Individuele deelnemerskaart wordt ingevuld. De Individuele deelnemerskaarten worden per deelnemer teruggekoppeld aan de persoonlijk begeleider en de behandelverantwoordelijke. Bij de cliëntbesprekingen in teamvergaderingen worden voortgang en bijzonderheden besproken en indien nodig aangevuld met telefonisch overleg of een gesprek op afspraak.

### *Eindverslag module GoA*

Aangezien het de laatste bijeenkomst van de module was, vullen de trainers samen met de deelnemer ook het Eindverslag module GoA in. De trainers zorgen ervoor dat behandelaren, in overleg en met toestemming, worden ingelicht rondom de voortgang en behaalde resultaten. Het Eindverslag kan worden gedeeld met de behandelaren van de deelnemer.

### *Module evaluatieformulier deelnemers GoA*

De deelnemers vullen het Module evaluatieformulier deelnemers GoA in, met ondersteuning. Zij doen dit anoniem. De trainers delen de evaluatieformulieren dus alleen uit, ze houden zich niet bezig met het invullen van de formulieren en ze bekijken niet wat de deelnemers invullen. In het kader van de procesevaluatie worden de trainers op de hoogte gesteld van de algemene bevindingen (anoniem) van de deelnemers.

Bijlage

# **Uitvoering rollenspel**

Trainers geven aan dat we gaan oefenen met het rollenspel.

Met rollenspelen speel je dus de situatie na. We gaan situaties naspelen die jullie inbrengen en spanning hebben opgeleverd. We gaan samen onderzoeken hoe de situatie verliep.

Het gaat er om dat je leert om zo te denken, te voelen en te doen zodat de situatie niet spanningsvoller wordt. Jij behoudt de controle over de situatie en zult zo je doel bereiken. Het is dus geen toneelstuk waarbij je een rol opgedragen krijgt. Je speelt jezelf in je eigen situatie.

De trainers nodigen je uit om in een halve cirkel te gaan zitten (zodat je uitzicht hebt op het whiteboard).

Trainer 1 is de 'hoofdtrainer' en zal het gesprek leiden.

Trainer twee is de co-trainer en zal zo nodig enkele opmerkingen op het whiteboard schrijven.

Onderstaande 6 stappen zijn de leidraad voor vraagstelling van het rollenspel.

- Nr. 1** - Gebeurtenis inbrengen door cliënten (exploratie) 5 G's.
- Nr. 2** - Alle gebeurtenissen opschrijven en vervolgens turven (sharing).
- Nr. 3** - Een gebeurtenis onderzoeken en naspelen (modeling).
- Nr. 4** - Vragen naar een alternatief (elke cliënt wordt gevraagd).
- Nr. 5** - Enkele alternatieven naspelen en geschikte oplossingen bespreken.
- Nr. 6** - Later bespreken en nakijken of de oplossing die je gekozen hebt, heeft geholpen om je doel te bereiken. Dus dat de gekozen oplossing ook blijkt te werken. En dat de spanning door de oplossing juist afneemt i.p.v. erger wordt.

### Stap 1

Iedereen zit in de halve cirkel. De hoofdtrainer zal beginnen bij de eerste cliënt om te vragen of hij een gebeurtenis kan inbrengen dan wel zijn gemaakte huiswerk inlevert.

De gebeurtenis wordt kort en duidelijk geformuleerd. Er wordt niet te veel op details ingegaan. De co-trainer zet elke gebeurtenis op het whiteboard, ondertussen rekening houdend dat er straks geturfd moet worden.

De hoofdtrainer gaat zo bij elke cliënt langs.

### Stap 2

De hoofdtrainer vraagt de cliëntengroep of er bij de gebeurtenissen, welke door de co-trainer op het whiteboard zijn geschreven, herkenning is. De hoofdtrainer vraagt of er cliënten zijn die zich herkennen in een bepaalde gebeurtenis.

Bij herkenning zal de co-trainer een streepje achter de gebeurtenis zetten (turven). Er wordt gekeken naar de gebeurtenis welke de meeste streepjes heeft en dus het meest herkenbaar is voor de cliënten. In overleg wordt er dan een gebeurtenis gekozen. (Het liefst dus de gebeurtenis waarin de meesten zich herkennen.)

### Stap 3

De hoofdtrainer vraagt de cliënt die de gekozen gebeurtenis heeft ingebracht of hij de gebeurtenis in een rollenspel wil naspelen. Wil de cliënt dit, dan zal de hoofdtrainer hem naar details gaan vragen.

Bijvoorbeeld: Waar stond je precies, hoe was je houding, wie waren er nog meer.....? Details kunnen door de co-trainer op het whiteboard worden opgeschreven.

Bij voldoende informatie zullen de trainers de gebeurtenis proberen neer te zetten. Dit betekent dat zij eventuele rollen gaan verdelen en uitleggen wat die personen moeten gaan doen (coachen). Verder zorgen de trainers ervoor dat de ruimtelijke situatie nagebootst wordt (hiervoor kunnen allerlei attributen welke je tot je beschikking hebt gebruikt worden). Het rollenspel kan worden gespeeld.

### Stap 4

De hoofdtrainer vraagt de cliënten weer in een halve cirkel te gaan zitten.

Als iedereen zit, wordt er aan elke cliënt gevraagd of zij het anders zouden doen in deze gebeurtenis.

De nieuwe oplossingen (alternatieven) worden door de co-trainer weer op het whiteboard gezet.

Elke oplossing is een poging om het doel te bereiken. We gaan nog niet discussiëren of een oplossing goed of fout is.

### Stap 5

We gaan weer terug naar de plek waar het rollenspel is gespeeld. Enkele alternatieven worden nagespeeld.

Na ieder rollenspel wordt er gekeken of het doel, welke je voor ogen had, is bereikt (las een klein overlegmoment in).

### Stap 6

Iedereen wordt weer uitgenodigd in de halve cirkel. De cliënt die de inbreng bij stap 1 heeft gedaan, wordt gevraagd of er voor hem/haar een bruikbare oplossing tussen zit. Ook wordt er aan hem/haar gevraagd of de trainer nog ondersteuning moet bieden door de omgeving op de hoogte te brengen (bij voorkeur persoonlijk begeleider en/of behandelverantwoordelijke). Afspraken die er gemaakt worden zullen in de rapportage worden vermeld.





  
trajectum