

RESET
your preset

Agressieregulatie RYP



1. Trainingsplan

In dit hoofdstuk wordt het trainingsplan gepresenteerd, hetgeen fungeert als een korte samenvatting van de belangrijkste onderdelen van de training, inclusief tijdsduur en benodigdheden.

1.1. Voorbereidingsfase

Totale tijdsduur: 180 minuten (3 uur)

Benodigdheden: De opdrachten voor de deelnemers (draaiboek).

Opdracht 1: Informatie/theorie uitzoeken over agressie, volgens format (30 minuten).

Opdracht 2: Informatie/theorie uitzoeken, over agressieregulatie, volgens format (30 minuten).

Opdracht 3: 4G feedback methode uitzoeken, volgens format (30 minuten).

Opdracht 4: Roos van Leary uitzoeken, volgens format (30 minuten).

Opdracht 5: Richtlijnen omtrent veiligheid en zelfverdediging uitzoeken, volgens format (30 minuten).

Opdracht 6: Casus aanleveren, volgens format (30 minuten).

1.2. Trainingsfase

Totale tijdsduur: 420 minuten (7 uur). Inclusief pauzes: 480 minuten (8 uur)

1.2.1. Introductiefase

Totale tijdsduur: 80 minuten

Benodigdheden: Het draaiboek en attributen om een rol aan te nemen (hoed, jas, sjaal, ketting etc.).

Onderdeel 1: Inleiding en voorstellen

Algemene inleiding (5 minuten).

Voorstellen (15 minuten).

Onderdeel 2: frustratieagressie

Vuurdoop met frustratieagressie (ontslagen) (5 minuten).

Reflectie (15 minuten).

Onderdeel 3: instrumentele agressie

Vuurdoop met instrumentele agressie (dreiging suïcide) (5 minuten).

Reflectie (15 minuten).

Onderdeel 4: psychopathologische agressie

Vuurdoop met psychopathologische agressie (onder invloed) (5 minuten).

Reflectie (15 minuten).

Pauze

Tijdsduur: 10 minuten.

1.2.2. Leerfase

Totale tijdsduur: 240 minuten

Benodigdheden: Huiswerk, draaiboek, uitgeprint: 4G feedback methode, Roos van Leary, Timeline.

Onderdeel 1: Agressie en agressieregulatie

Informatie/theorie over agressie en agressieregulatie die voorbereid is bespreken en uitspelen (zowel door trainers, als door cursisten). Aanvullen met theorie. Reflectie op onderdelen (80 minuten).

Lunchpauze

Tijdsduur: 30 minuten.

Onderdeel 2: 4G feedback methode en Roos van Leary

Informatie/theorie 4G feedback methode en Roos van Leary bespreken. Oefenen in groep met voorbeeld scenario (80 minuten).

Pauze

Tijdsduur: 10 minuten.

Onderdeel 3: Veiligheid en Zelfverdediging

Veiligheid in het algemeen en in het werk wordt besproken, inclusief regels en (organisatie)richtlijnen. Het concept zelfverdediging wordt besproken, inclusief wetten en regels. Er wordt een introductieles zelfverdediging volgens Krav Maga principes gegeven. Hier wordt de 'timeline' rondom veiligheid/zelfverdediging behandeld. Tijdens de les worden enkele eenvoudige technieken tot beginnersniveau aangeleerd. Kansen, mogelijkheden, beperkingen en risico's van zelfverdediging worden besproken (80 minuten).

Pauze

Tijdsduur: 10 minuten.

1.2.3. Toepassingsfase/toetsing

Totale tijdsduur: 80 minuten

Benodigdheden: Draaiboek, casussen deelnemers, per deelnemer geprint: de kennistoets (draaiboek).

Onderdeel 1: Casustoets

Plenair een aantal van de meegebrachte casussen doorlopen, waarbij iedere deelnemer een stuk van een casus doorloopt en technieken inzet. Trainers spelen de rol van de agressor (50 minuten).

Onderdeel 2: Kennistoets

Een toets met twee open vragen en tien gesloten vragen (meerkeuze, a-b-c-d). (30 minuten).

1.2.4. Lesafsluiting

Totale tijdsduur: 20 minuten

Benodigdheden: Draaiboek, evaluatieformulieren(draaiboek) en pennen. Optioneel: Marketingmateriaal.

Onderdeel 1: Evaluatie

Evaluatie invullen (10 minuten)

Onderdeel 2: Afsluiting

Napraten/afsluiten (10 minuten)