

**Programma Omgaan met agressie**

9.30 Start training, kennismaking
Inventarisatie wensen en verwachtingen. Ervaringen met agressie.
Aansluiten op e-learning.

10.00 Inleiding: ervaring en cognitie versus emotie. Copingstijlen, omgaan met spanning.
Definitie agressie. Persoonlijke en professionele grenzen.

10.15 Niveaus van escaleren: macht en communicatie

10.30 Pauze

10.45 Schema strategieën bij agressie

11.00 Omgaan met spanning: oefening

11.30 Inleiding vormen van agressie.

12.30 Lunch

13.30 Drie vormen van agressie oefenen: aansluiten op e-learning.

15.30 tussenevaluatie

16.00 Vaststellen belangrijkste aandachtspunten in het omgaan met agressie

16.45 Evaluatie en afsluiting training.