

## ADRESSEN

### Contact

Voor nadere informatie kunt u contact opnemen met de Waag.

Stationsplein 20  
3818 LE Amersfoort  
**T** 033 - 448 44 88  
**F** 033 - 448 44 89  
**E** [info@dewaagamersfoort.nl](mailto:info@dewaagamersfoort.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Zeeburgerpad 12-b  
1018 AJ Amsterdam  
**T** 020 - 462 63 33  
**F** 020 - 462 63 34  
**E** [info@dewaagamsterdam.nl](mailto:info@dewaagamsterdam.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Casuariestraat 3  
2511 VB Den Haag  
**T** 070 - 311 58 90  
**F** 070 - 311 58 99  
**E** [info@dewaagdenhaag.nl](mailto:info@dewaagdenhaag.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Wisselweg 151  
1314 CC Almere  
**T** 036 - 539 39 00  
**F** 036 - 539 39 01  
**E** [info@dewaagflevoland.nl](mailto:info@dewaagflevoland.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Oostvest 60  
2011 AK Haarlem  
**T** 023 - 533 81 91  
**F** 023 - 533 62 40  
**E** [info@dewaaghaarlem.nl](mailto:info@dewaaghaarlem.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Haagweg 5  
2311 AA Leiden  
**T** 071 - 516 24 10  
**F** 071 - 516 24 11  
**E** [info@dewaag-leiden.nl](mailto:info@dewaag-leiden.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Marconistraat 2  
3029 AK Rotterdam  
Postbus 6015  
3002 AA Rotterdam  
**T** 010 - 201 04 44  
**F** 010 - 201 04 45  
**E** [info@dewaagrijnmond.nl](mailto:info@dewaagrijnmond.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Oudlaan 9  
3515 GA Utrecht  
Postbus 1362  
3500 BJ Utrecht  
**T** 030 - 272 06 85  
**F** 030 - 275 82 20  
**E** [info@dewaagutrecht.nl](mailto:info@dewaagutrecht.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)

Vrijlandstraat 33e  
4337 EA Middelburg  
Postbus 72  
4330 AB Middelburg  
**T** 0118 - 68 69 90  
**F** 0118 - 68 69 91  
**E** [info@dewaagzeeland.nl](mailto:info@dewaagzeeland.nl)  
**W** [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl)  
de Waag in samenwerking met Emergis.



W-401 nov 2012



de Waag

## Agressie Regulatie op Maat Ambulant

*Informatie voor jongeren die aangemeld zijn voor AR op Maat*

### Doelgroep

Deze agressieregulatie training is bedoeld voor jongeren die regelmatig agressief zijn of last hebben van agressieve gevoelens. Je komt in aanmerking voor de training als één van onderstaande punten op jou van toepassing is:

- je bent minstens een paar keer per week erg gestrest, gefrustreerd of agressief en je hebt dan geen controle over je gevoelens en/of gedrag;
- je richt je agressie geregeld op jezelf, een ander of op materialen;
- je bent een paar keer in je leven 'blind' van woede geweest. Je wist toen absoluut niet meer wat je deed;
- je agressieve gedrag leidt tot grote problemen thuis en/of op school en/of in contact met leeftijdsgenoten en/of met familieleden.

### Welke onderwerpen worden behandeld?

- Tijdens de training wordt aan verschillende onderwerpen aandacht besteed, je kunt denken aan:
- het beheersen van je boosheid;
  - het verminderen van gedachten die zorgen dat jij agressief handelt;
  - het verminderen van stress en

- agressieve gevoelens;
- assertief voor jezelf opkomen;
- niet te snel oordelen en juist interpreteren;
- leren onderhandelen;
- handig omgaan met beledigingen/respectloos handelen;
- handig omgaan met autoriteiten.

### Wat wordt er gedaan en hoe lang duurt het?

Tijdens de training wordt er gebruik gemaakt van verschillende opdrachten. Je hebt denk-, doe- en schrijfopdrachten. Ook wordt er gewerkt met rollenspelen met een videocamera. De oefeningen zorgen ervoor dat je beter met je agressie om kunt gaan, omdat je beter de baas wordt over je manier van denken, je gedrag en je emoties. Er zijn ook huiswerkopdrachten, deze kun je alleen of met behulp van een ander maken.

De duur van de training is afhankelijk van jouw leertempo en van hoe groot jouw agressieproblematiek is. Er kan per bijeenkomst één hoofdstuk worden behandeld, maar meestal is hier meer tijd voor nodig. Je volgt de training altijd individueel, meestal in combinatie met een groepstraining die om de week wordt gehouden. De individuele training is minstens elke week en duurt meestal een uur per keer. De groepstraining duurt anderhalf uur.

### Wordt er ook iets met ouder(s)/ verzorger(s) of partner gedaan?

Zeker als je thuis woont of weer gaat wonen, is het handig dat ook je ouders/ verzorgers bij de training worden betrokken. Zij kunnen door hun reactie jouw boosheid erger maken of juist minder erg. En soms weten zij niet meer goed hoe ze het beste met jouw gedrag om kunnen gaan. Het is dus handig om hen daar dingen over te leren. Zij krijgen daarvoor de module 'gezin in beeld' aangeboden. Waarschijnlijk zullen zij eerst gesprekken krijgen bij een trainer en later zullen er samen met jou erbij ook een paar gesprekken zijn. Mocht je niet meer thuis (gaan) wonen, dan kan het ook wenselijk zijn om je ouders/verzorgers bij de behandeling te betrekken. De wijze waarop dat zal gebeuren zal altijd in overleg met jou en je ouders/verzorgers verlopen. Er wordt gekozen voor een manier die het beste bij jullie situatie past.

Als je een partner hebt en je maakt in jullie relatie ook wel eens gebruik van agressie, dan kan het ook handig zijn om je partner bij de behandeling te betrekken. Ook een partner kan met zijn/haar reactie jouw boosheid erger maken of juist minder erg. Als jullie dat beiden willen, wordt met jullie samen een aantal gesprekken gevoerd in de module 'partner in beeld'.

### Intakegesprek

De trainer stelt tijdens een intakegesprek best veel vragen om te kijken of de training bij je past en op jou van toepassing is. Er zijn namelijk ook andere trainingen/behandelingen die misschien

beter bij jouw leerpunten of jouw manier van leren aansluiten. Ook worden er vragen gesteld om zicht te krijgen op de aard van je agressieprobleem, zodat duidelijk wordt wat jouw aandachtspunten en leerpunten zijn. Verder wil de trainer weten in hoeverre jij gemotiveerd bent en of je de training ook in groepsverband kunt volgen.

### Wat kan voor jou een reden zijn om de training te volgen?

- Als je niet goed weet waarom je een training zou moeten volgen, is het slim om te bedenken wat de nadelen en voordelen zijn van agressief gedrag. Als jij tot de conclusie komt dat de nadelen groter zijn dan de voordelen dan heb je een reden om de training te volgen. De training helpt je namelijk om de baas te worden over je agressieve gedrag.
- Als je vindt dat je geen agressieregulatieproblematiek hebt, maar anderen vinden dat je dat wel hebt, kan het nog geen kwaad om de training te volgen. De training helpt je namelijk om op een handige manier op respectloos en onrechtvaardig gedrag van anderen te reageren. Ook helpt het om op een handige manier met irritaties en andere negatieve emoties om te gaan.
- Een andere reden om de training te volgen als je niet vastzit, is dat je kunt voorkomen dat een voorwaardelijke straf wordt uitgevoerd. Soms neemt de rechter in een vonnis op dat je therapie of een training moet volgen, of stelt de (jeugd)

reclassering therapie/training als voorwaarde.

- Als je wel gesloten bent geplaatst, dan zal het volgen van de training ervoor kunnen zorgen dat je behandeling sneller gaat. Als de rechter vindt dat je moet werken aan het leren reguleren van je agressie, dan zal een officier je nooit met proefverlof laten gaan als niet aan dit probleem hebt gewerkt. Een rechter vindt dan dat de kans erg groot is dat je weer een geweldsdelict pleegt of betrokken raakt bij een vechtpartij.

Deze interventie wordt aangeboden op alle vestigingen van de Waag.

### De Waag

De Waag is de grootste polikliniek voor gespecialiseerde forensische zorg in Nederland. De Waag was in 1992 de eerste forensische polikliniek van Nederland. De negen poliklinieken van de Waag verlenen laagdrempelige hulp aan volwassenen en jongeren vanaf twaalf jaar die (dreigend) delictgedrag vertonen in combinatie met een psychisch probleem.

De Waag is onderdeel van De Forensische Zorgspecialisten.