

Agressie Regulatie op Maat Ambulant Jeugd of Jongvolwassenen

Informatie voor jongeren die aangemeld zijn voor AROPmaat

Doelgroep

ARopMaat is een zorgprogramma voor jongeren die regelmatig agressief zijn of last hebben van agressieve gevoelens. Je komt in aanmerking voor het zorgprogramma 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 het zorgprogramma 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 interpreteren;
- leren onderhandelen;
- handig omgaan met beledigingen/respectloos handelen;
- handig omgaan met autoriteiten.

Wat wordt er gedaan en hoe lang duurt het?

Het zorgprogramma maakt gebruik van verschillende opdrachten. Je hebt denk-, doe- en schrijfopdrachten. De oefeningen zorgen ervoor dat je meer grip krijgt op je agressieve gevoelens en gedrag. Er zijn ook thuisopdrachten, deze kun je alleen of met behulp van een ander maken.

De duur van de behandeling is afhankelijk van jouw leertempo en van hoe groot jouw agressieproblematiek is.

Je volgt het zorgprogramma altijd grotendeels individueel, maar meestal in combinatie met een groepsaanbod.

De duur van het programma varieert van vijf maanden tot anderhalf jaar. Je krijgt minstens eens per week behandeling aangeboden. Dit kan soms (tijdelijk) worden uitgebreid naar maximaal drie keer per week (als de problematiek ernstig is). De groepsmodule duurt anderhalf uur per keer.

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 behandeling 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 apart in gesprek gaan met een behandelaar, later zullen er dan ook samen met jou gesprekken worden gevoerd. Mocht je niet meer thuis 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, dan kan het ook handig zijn om die gedeeltelijk bij de behandeling te betrekken. Als jullie dat beiden willen, wordt met jullie samen een aantal gesprekken gevoerd aan de hand van de module 'partner in beeld'.

Intakegesprek

De behandelaar stelt tijdens het intakegesprek vragen om te kijken welke behandeling bij je past en of de AROpMaat bij jou van toepassing is. Ook worden er vragen gesteld om zicht te krijgen op de aard van je agressieprobleem, zodat duidelijk wordt wat jouw aandachtspunten en leerpunten zijn.

Contact

Deze behandeling wordt aangeboden op alle vestigingen van de Waag. Voor informatie over onze openingstijden, eigen bijdrage en overige vragen, kun je contact opnemen met de Waag. Zie hiervoor onze website: www.dewaagnederland.nl

De Waag is onderdeel van De Forensische Zorgspecialisten.