

Agressie Regulatie op Maat Ambulant voor Volwassenen

Informatie voor cliënten die aangemeld zijn voor AROpMaat

Doelgroep

Het zorgprogramma agressieregulatie op maat is bedoeld voor mensen die regelmatig agressief doen of last hebben van agressieve gevoelens. Je komt meestal in aanmerking voor het zorgprogramma als twee van onderstaande punten op jou van toepassing zijn:

- 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 met je partner en/of in het verkeer en/of op je werk en/of thuis en/of tijdens sport.

Welke onderwerpen worden behandeld?

De AROpMaat is een modulair programma, er wordt per persoon bekeken welke modules

van toepassing zijn. Het programma bestaat uit de onderstaande modules die grotendeels individueel worden aangeboden:

1. Intromodule (motiveren/agressieketen; standaard)
2. Netwerk (standaard)
3. Stressreductie (optioneel)
4. Impulscontrole (optioneel)
5. Beheersingsvaardigheden (standaard)
6. Invloed van het denken (standaard)
7. Waarnemen en Interpretieren (eventueel in groep; optioneel)
8. Emotieregulatie (optioneel)
9. Conflicthantering (eventueel in groep; optioneel)
10. Module Oplossingsvaardigheden (optioneel)
11. Module Partner in Beeld (optioneel)

Binnen deze modules wordt aan verschillende onderwerpen aandacht besteed, je kunt denken aan:

- het verminderen van stress en agressieve gevoelens;
- het beheersen van je boosheid;

- het verminderen van gedachten die zorgen dat jij agressief handelt;
- voor jezelf opkomen;
- niet te snel oordelen en interpreteren;
- handig omgaan met autoriteiten.

Aanpak

Tijdens de behandeling wordt er gebruik gemaakt van verschillende opdrachten. Je hebt denk-, doe- en schrijfopdrachten. De oefeningen zorgen ervoor dat je beter met je agressieve gedrag en gevoelens om kunt gaan. Er zijn ook thuisopdrachten. De duur van de behandeling is afhankelijk van jouw leertempo en de ernst van jouw agressieproblematiek. 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).

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.

Deze interventie wordt aangeboden op alle vestigingen van de Waag.

Contact

Voor informatie over onze openingstijden, eigen bijdrage en overige vragen, kunt u contact opnemen met de Waag. Zie hiervoor onze website:

www.dewaagnederland.nl.

De Waag is onderdeel van De Forensische Zorgspecialisten.

Code 23 - versie juni 2015

