

Omgaan met minder gemakkelijk gedrag

Met de ervaring van een loopbaan binnen het gevangeniswezen en het speciaal onderwijs startte ik in 2003 met het verzorgen van scholing in: 'Hoe ga je om met agressief gedrag' t.b.v. onderwijsmedewerkers. Nu,...meer dan 10 jaar later, en vele evaluaties verder ligt er een uitstekend communicatie-programma waar mensen die met mensen werken, echt iets aan hebben.

Werkelijk snappen wat de behoefte van de ander is, werkt ontwapenend.

Wat levert het op?

- Je leert wat voor iemand jijzelf bent binnen een situatie waarin een ander iets anders wil of agressief is. Jij weet jezelf als bruikbaar instrument in te zetten om een situatie te begeleiden of te de-escaleren.
- Je leert je eigen valkuilen en kracht herkennen en beïnvloeden.
- Je leert de intentie van de ander te begrijpen en te erkennen, waardoor jij in staat bent om het gedrag van de ander om te buigen.
- Jij leert hoe het 'begrenzen' van een ander veiligheid en houvast biedt.
- Jij leert je woorden en bewegingen bewuster te kiezen om je beoogde doel efficiënter en sneller te realiseren.

Na deze training functioneer en communiceer je effectiever. Je weet vervelende situaties te 'lezen'. Je houdt de controle en het overzicht. Situaties waar je eerder een hekel aan had, worden nu bruikbaar en misschien zelfs wel leuk.

De cursus bestaat uit 8 bijeenkomsten van 3,5 uur of 4 dagen van 7 uur. De bijeenkomsten hebben een zeer dynamisch karakter en bestaan uit veel (bewegings)activiteiten waar iedereen aan mee kan doen. De theorie van deze methodiek (en de psychologische onderbouwingen ervan) staat beschreven in een syllabus die elke deelnemer bij de start ontvangt.

Inhoud Basiscursus

1. Je eigen spanningsregulatie:

Je leert spanning bij jezelf te herkennen, te duiden en te beïnvloeden. Welke fysiologische en fysieke processen (meestal ongewenst) ontstaan er bij jou, wanneer je gespannen raakt vanwege bijvoorbeeld agressief gedrag (denk maar aan het gevoel in je benen na een bijna ongeluk in de auto). Dit proberen we te vertalen naar een 'spanningsthermometer'. Uiteindelijk leer je om zelf invloed uit te oefenen op deze ongewenste spanning. Immers met een (veel) te hoge spanning een conflict willen reguleren is over het algemeen zinloos,... soms zelfs schadelijk. Maar ook bij minder spannende situaties spelen gevoelens en emoties een grote rol. Hier meer van weten en ervaren geeft je uiteindelijk veel rust. Voor de herkenning en beïnvloeding van al deze processen gaan we onder andere iets doen met boksen.

2. Wat is weerstand en agressief gedrag en welke functie heeft?

Vaak hebben mensen een oordeel over het agressieve gedrag van een ander. Wat helpt het om een oordeel te hebben in een situatie wanneer het er echt om gaat?

Omgaan met minder gemakkelijk gedrag is vaak topsport en vreet energie, Hoe prettig is het? Wanneer je die energie in je passie kunt steken?

3. Welke stijl van conflicthantering hoort bij jou?

Kies je deze bewust of is het iets wat je overkomt? Gedurende de training leer je om vanuit verschillende invalshoeken met stijlen te experimenteren en je eigenheid daarin te vinden.

Omgaan met minder gemakkelijk gedrag

4. Methodieken:

M.u.v. een fysieke aanval wordt het minder ongewenste gedrag, verdeeld in 3 categorieën:

- 1 Ik wil het op mijn manier/ ik wil mijn zin, ik wil een uitzondering op de regel.
- 2 Hoor mij zie mij, ik heb het moeilijk. De bekende druppel die de emmer,....
- 3 Ik pijn, jij pijn óf zeer heftig protest gedrag.

Voor elke categorie bestaat een eigen methodiek met aandacht voor het hebben van contact, het geven en krijgen van erkenning, het beoogde doel, 'de spelregels' en het vervolg.

Extra lesaanbod/ mogelijkheden

- Hoe voorkom ik spanningsklachten, overspannenheid en burn-out?
- Fysiek handelen (zelfverdediging en/of verplaatsingen)
- 'Een handelingsplan voor de "boze" leerling / cliënt / patiënt'
- Methoden om conflicten te voorkomen
- Teamontwikkeling / team-coaching in 'omgaan met agressief gedrag'
- Negeer- en afleidmethoden
- 'de zin & onzin'



5. Wetgeving ten aanzien van (fysiek) ingrijpen:

Binnen dit theoretische deel van ca. 3 uur wordt stilgestaan bij de wetgeving rondom fysieke handelingen. Omdat het best vaak onduidelijk is wat wel en niet mag en omdat de impact van deze onzekerheid groot is op het wel of niet efficiënt in actie komen is het belangrijk hier aandacht aan te besteden. In dit deel leer je wat wel en niet mag en welke situaties erg lastig zijn om adequaat op te anticiperen.

*Informeer vrijblijvend
naar de mogelijkheden
en de
aantrekkelijke
(pakket)prijzen.*