

Omgaan met emotie en agressie

Duur 3 dagdelen of maatwerk

Resultaat Getuigschrift
Zone.college

Hebben medewerkers van jouw bedrijf – bijvoorbeeld in de zorg of bij een dienstverlenende instantie – regelmatig te maken met agressie? En lijkt het de laatste jaren alleen maar erger wordt? In deze training van Zone.college leren deelnemers hoe je risicosituaties tijdig herkent en hoe je vervolgens door doelgericht handelen agressie kunt voorkomen.

Voor wie

Voor iedereen die zich wil ontwikkelen in het herkennen van en omgaan met agressie. Ken je eigen emoties en voorkom conflicten.

Programma

Het doel van de training is dat deelnemers vroegtijdig emotioneel geladen situaties kunnen signaleren en herkennen om agressief gedrag te voorkomen (herkennen van A,B,C,D gedrag). De deelnemers leren de aard of de oorzaak van de emotie en de veiligheid in te schatten om vervolgens bewust en doelgericht de juiste benadering en strategie te kunnen kiezen. Dit om de agressie te voorkomen, te de-escaleren en/of de schade te minimaliseren.

Werkwijze

Gezorgd wordt voor een veilige trainingsomgeving waarbij respect voor grenzen en meningsverschillen van de deelnemers is. Dit wordt bij aanvang van de training nadrukkelijk besproken. Het programma bestaat uit praktijkgerichte oefeningen m.b.v. acteur met theoretische onderbouwing.

Programma

Vorbereiding: Eigen leerdoelen opstellen en persoonlijke voornemens noteren en opsturen naar de trainer. Groeipunt zorgt voor een intakeformulier dat ingevuld kan worden.

Dagdeel 1

- Introductie en kennismaking;
- Agressie, uitingsvormen, soorten, definitie;
- A,B,C,D gedrag/model;
- Verklaringsmodellen over ontstaan van agressie en beïnvloedende factoren;
- Proactieve handvatten: factoren die agressie kunnen voorkomen;
- Welke invloed heb jij op ontstaan van agressie: basishoudingen;
- Basishoudingen 1 en 3: strijd vermijden en afstand;
- Evaluatie.

Dagdeel 2

- Terugblik dagdeel 1;
- Basishouding 2: Rustig blijven. Hoe houd je controle over jezelf i.r.t. professioneel handelen;
- Basishoudingen 4 en 5: Ombuigtechnieken bij hoogoplopende emoties (A en B gedrag) en grenzen stellen (bij C en D gedrag);
- Praktijk met acteur;
- Persoonlijke reflectie en voornemens m.b.t. de praktijk;
- Evaluatie.

Dagdeel 3

- Intervisie, opgezet vanuit voorbeelden uit de praktijk;
- Korte herhaling van dagdeel 1 en 2;
- Evt. verder oefenen van vaardigheden: rustig blijven, zelfcontrole, ombuigtechnieken;
- Borging vaardigheden;
- Evaluatie en afsluiting (evt. uitreiken getuigschriften).

Aanvullende informatie

Ideale groepsgrootte 8 tot maximaal 12 personen.

Investering

We verzorgen de cursus bij bedrijven. Samen met de opdrachtgever worden het exacte programma, de duur en de locatie bepaald. Na een persoonlijk gesprek bieden we een offerte op maat aan.

Wat houdt een incompanycursus van Zone.college in?

- Werken op basis van bedrijfsspecifieke en persoonlijke leerwensen en -doelen.
- Kennis en expertise toepassen op de thema's en processen in de organisatie.
- Meerdere medewerkers tegelijk scholen en gezamenlijk hun kennis naar een hoger niveau brengen.
- Trainen met eigen materialen (indien mogelijk op de werkplek) en werken aan de hand van bestaande bedrijfsprocessen.
- Van en met elkaar leren: een positieve, verbindende ervaring voor het hele team.

Voor actuele subsidies, bekijk ons [**overzicht met financiële regelingen**](#) voor particulieren en bedrijven.

Meer informatie en aanmelden

Bezoek www.zone.college voor de geplande startdata en het online aanmeldformulier.

Direct advies? Neem contact op met team Groei.zone via contact@zone.college of **088 0 26 20 703**



Scan de QR-code om naar website te gaan

[Bekijk de opleiding](#)

Disclaimer

Wijzigingen in prijs en/of aanbod voorbehouden.