

Trainershandleiding



Grip op Agressie - Module 7

Terugvalpreventie

trajectum

Colofon

© 2018 Trajectum.

Grip op Agressie, een integraal behandelprogramma voor mensen met een lichte verstandelijke beperking (LVB) en agressief (delict)gedrag, is ontwikkeld en geïmplementeerd binnen Trajectum. Het programma is ontwikkeld door het Kenniscentrum van Trajectum, ondersteund door Van Montfoort, Kwaliteit Forensische Zorg en De Borg. Trajectum is een instelling voor de behandeling en begeleiding van mensen met een lichte verstandelijke beperking en onbegrepen en risicovol gedrag (SGLVB).

H. Niehoff (Trajectum)

R. Didden (Trajectum, Radboud Universiteit)

M. Valenkamp (Van Montfoort)

E. Rutten (Van Montfoort)

Tekeningen: Huib Jans, Cartoons en Illustraties, Maastricht

Film: Riske de Vries, Films en Fotografie, Amsterdam

Trajectum

Hanzeallee 2

8017 KZ Zwolle

hniehoff@trajectum.nl

www.trajectum.nl

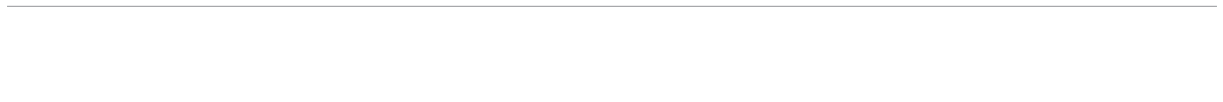
trajectum



de Borg

Inhoudsopgave

Aandachtspunten voor trainers en betrokkenen	5
Bijeenkomst 1 t/m 15. Werken aan jouw situaties	7
Bijeenkomst 16. Afsluiting Module 7 en afsluiting GoA	13



Aandachtspunten voor trainers en betrokkenen

Opzet van het programma en werkwijze

De bijeenkomsten van de module terugvalpreventie zijn steeds op dezelfde manier opgebouwd. De eigen inbreng van de cliënten staat centraal en de werkvormen zijn afkomstig uit de cognitieve gedragstherapie. Aan de hand van de specifieke, persoonlijke kenmerken van de deelnemers en de precieze aard van de eigen boosheid of agressieve (delict)gedrag en de valkuilen wordt het programma elke bijeenkomst op maat geboden.

Vaste onderdelen van het programma zijn: de valkuilen zoals opgesteld vanuit het probleems scenario of delictscenario, analyse van een spanningsvolle situatie met betrekking tot terugvalpreventie.

De Gebeurtenissen, de Gedachten, de Gevoelens en de Gedragingen (en goedpratens, denkfouten, ontremmers en schijnbaar onbelangrijke beslissingen) die aan de ingebrachte situatie vooraf gingen, worden tijdens de training nauwkeurig in kaart gebracht.

Op deze wijze wordt inzichtelijk gemaakt dat de ingebrachte spanningsvolle situatie met alle gevolgen van dien, geen toeval was. Ook wordt inzichtelijk gemaakt dat huidige spanningsvolle situaties een vergelijkbare stapsgewijze opbouw kennen als het risicovolle agressieve gedrag of delictgedrag.

De cliënt leert aan de hand hiervan hoe hij in risicovolle situaties op tijd kan ingrijpen, bijvoorbeeld door kronkelredeneringen om te buigen naar helpende gedachten, en door het ontwikkelen van gedragsalternatieven. Na elke bijeenkomst krijgt de cliënt huiswerkopdrachten mee, die tijdens de volgende bijeenkomst worden besproken.

Doelstelling

De module Terugvalpreventie heeft als doel het voorkómen van terugval of recidive door:

- het leren herkennen van signalen verbonden met het agressieve gedrag en daaraan gerelateerd het ontwikkelen en oefenen van gedragsalternatieven.
- het verbeteren van het psychosociaal functioneren.
- het vergroten van kennis en vaardigheden op het gebied van spanning-ontspanning.
- het bewust worden en beïnvloeden van normen en waarden.

Uitvoering in een groep of individueel

Cliënten blijken in de praktijk gevoelig te zijn voor de druk van medecliënten. Daarbij staan cliënten meer open voor de confrontatie met leeftijdsgenoten die ook agressieproblematiek vertonen. Zij herkennen dit gedrag bij elkaar en kunnen elkaar hierop kritisch aanspreken.

Bovendien kan groepsbehandeling ook van betekenis zijn voor het verminderen van sociaal isolement en voor het ontwikkelen van sociale en emotionele vaardigheden. Gezien bovenstaande bevindingen wordt de module Terugvalpreventie net zoals de andere modules van GoA aangeboden in groepsverband. Indien de cliënt beduidend meer zou profiteren van enkele individuele terugvalpreventie-bijeenkomsten (exclusie voor groepstherapie), kan de module vergelijkbaar worden aangeboden.

Bijeenkomst 1 t/m 15

Werken aan jouw situaties

Doelen

- De deelnemer kan een spanningsvolle Gebeurtenis herkennen en benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar Gedachten herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar Gevoelens herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar Gedrag herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar goedpraters herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar ontremmers herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar schijnbaar onbelangrijke beslissingen herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer kan zijn/haar schijnbare aanstekers/triggers herkennen en een spanningsvolle situatie benoemen.
- De deelnemer herkent in iedere ingebrachte spanningsvolle situatie de keten van spanningsopbouw.

Benodigde materialen en voorbereiding

- Whiteboard en stiften
- Werkboek/formulieren met de 5 G's
- Pennen
- Eventuele afbeeldingen/posters van:
 - Spanningsthermometer
 - Spanningspiramide
 - Eerste Hulp Kaart

Aandachtspunten voor de trainer

- Uitnodigende en ondersteunende houding.
- Klemtoon leggen op meerwaarde voor de deelnemer (motiverende houding).

Inhoud programma

[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom

Hartelijk welkom bij de training Terugvalpreventie. We gaan elke bijeenkomst aan de hand van de door jou ingebrachte situaties de spanningsketen herkennen. Bovendien gaan we kijken of er een je valkuilen en je agressieve (delict)gedrag vergelijkbare onderdelen hebben. Voor elke bijeenkomst maak je huiswerk en dit vormt de basis voor de volgende bijeenkomst. Dus doe goed mee, zodat je steeds verder komt met je behandeling. Je kunt je voorstellen dat als jij laat zien dat je om kunt gaan met je problemen, je behandeling veel sneller kan verlopen.

[n.v.t./5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht

N.v.t. tijdens 1e bijeenkomst. Wel bij de overige bijeenkomsten. In speciale gevallen heeft een cliënt iets ingebracht waar op terug gekomen kan worden. Dit wordt dan volgens de gegeven opzet opnieuw besproken/behandeld.

Het werkboek wordt aan alle deelnemers uitgedeeld. Hierin kan de deelnemer elke behandelde en ingebrachte situatie opschrijven. In het werkboek komen de lijst met valkuilen, zijn/haar agressieketen/delictketen en het Signaleringsplan. Deze zijn opgesteld tijdens de module probleemsценario/delictscenario.

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
40 min	<p>De deelnemer kan een spanningsvolle Gebeurtenis herkennen en benoemen.</p> <p>De deelnemer kan zijn/haar Gedachten herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.</p> <p>De deelnemer kan zijn/haar Gevoelens herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.</p> <p>De deelnemer kan zijn/haar Gedrag herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.</p> <p>De deelnemer kan zijn/haar goedpraters herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.</p> <p>De deelnemer kan zijn/haar ontremmers herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.</p>	<p><i>Jullie hebben allemaal een situatie omschreven in een schema met de 5 G's. Deze situaties gaan we nog eens met elkaar bekijken. Door het samen nog eens te doen, kom je vast op aanvullingen of belangrijke leerpunten voor jezelf.</i></p> <p>Opdracht helemaal uitschrijven door op het bord het schema op te schrijven en samen in te vullen. Als de gebeurtenis is verteld gaat de groep samenvattend aangeven wat hier moet worden opgeschreven. Dan naar het kopje 'Gedachte'. De betreffende deelnemer vertelt wat hij heeft opgeschreven en trainer neemt dit over door dit zo op het bord te schrijven. Dan verder naar het blokje 'Gevoelens'. De gevoelens worden beschreven aan de hand van de 5 B's (Boos, Bang, Bedroefd, Blij, Beschaamd). De deelnemer geeft weer aan wat hij/zij heeft opgeschreven. Dan gaat de trainer de vraag stellen hoe sterk (in %) dat gevoel voelde. Vervolgens gaat de trainer kijken of de hoogte van de gevoelens overeenkomt met de gegeven gedachten. Vaak blijkt dat dit niet overeenkomt. Dat de gedachten die daadwerkelijk ten grondslag liggen aan het hoge spanningsgevoel nog door middel van doorvragen/uitvragen uitgehoord moeten worden. Middels de socratische dialoog wordt deze informatie uitgevraagd bij de betrokken deelnemer.</p> <p>Nu wordt het schema verder ingevuld door het kopje 'Gedrag' in te vullen. De deelnemers kunnen goed aangeven wat ze hebben gedaan, uiterlijk waarneembaar gedrag. Datgene wat door de deelnemer wordt aangegeven, wordt door de trainer op het bord geschreven. Dan wordt het laatste kopje ingevuld, namelijk 'Gevolg'.</p> <p>Hierbij wordt bij alle gedragingen bekeken of dit een positief of negatief gevolg heeft gehad voor de gevoelens/gedachten die zijn opgeschreven.</p> <p>De % bij gevoelens worden nogmaals bekeken en de vraag wordt gesteld: was je toen nog steeds zo boos? Waarom minder? Wat heeft de spanning doen afnemen? Het schema is nu volledig ingevuld. Aan de betreffende deelnemer wordt gevraagd of alles correct en volledig op het bord staat. Ook aan de andere deelnemers wordt gevraagd of er nog vragen of onduidelijkheden zijn. Zijn de gedragingen en besluiten gericht geweest om de spanningen te verminderen?</p>	<p>Whiteboard + stiften</p> <p>Formulieren met de 5 G's</p> <p>Pennen</p>

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
	De deelnemer kan zijn/haar schijnbaar onbelangrijke beslissingen herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.	Leg extra nadruk op de verbinding Gedachten, Gevoel en Gedrag. Nu komt een aanvullende vragenronde: herken je ook goedpraters bij je gedachte? Waren er ook ontremmers die meespeelden in de situatie? Herken je ook schijnbaar onbelangrijke beslissingen? Was er ook een duidelijke aansteker/trigger?	
	De deelnemer kan zijn/haar schijnbaar aanstekers/triggers herkennen en benoemen van een spanningsvolle situatie.	De andere deelnemers blijven betrekken bij de antwoorden. Ze kunnen meedenken, meepraten of vragen stellen aan de betreffende deelnemer. Als laatste wordt de situatie vergeleken met de agressieketen en het Signaleringsplan. Zijn er herkenningspunten? Vragen de gegevens die we nu hebben besproken om aanvulling van je Signaleringsplan?	
	De deelnemer herkent in iedere ingebrachte spanningsvolle situatie de keten van spanningsopbouw.	De co-trainer schrijft alle gegevens van het bord op een nieuw formulier. Dit wordt aan de deelnemer gegeven nadat zijn inbreng is afgerond. Het bovenstaande wordt herhaald bij elke deelnemer.	

[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst

We hebben in deze bijeenkomst de door jullie ingebrachte spanningsvolle situaties besproken. We hebben dit gedaan aan de hand van het schema van de 5 G's en nog extra aangevuld met de onderwerpen: goedpraters, ontremmers, schijnbaar onbelangrijke beslissingen en aanstekers. Bovendien hebben we alle informatie uit de ingebrachte situatie vergeleken met je agressieketen, valkuilen en Signaleringsplan.

[5 min.] Opdrachten

Voor de volgende bijeenkomst heb je als huiswerk: kies een spanningsvolle of spanning verhogende situatie en beschrijf dit in het formulier met de 5 G's. Als je dit samen met iemand wilt doen kan dit ook. Vraag altijd hulp als je iets niet precies weet. Ook voor degenen die het moeilijk vinden om het in de hokjes op te schrijven, geldt dat zij hulp kunnen vragen aan de begeleiding.

[5 min.] Evaluatie en afsluiting van de bijeenkomst

De groep zit in een kring.

Aan alle deelnemers wordt gevraagd: Wat heb je er aan gehad en wat neem je als waardevolle informatie mee?

We sluiten de bijeenkomst af. Hoe vonden jullie de bijeenkomst?

- Iedereen afzonderlijk de tijd geven om te antwoorden op deze vraag.

Terugkoppeling van de trainers aan het team

Eén van de trainers vult namens de trainers voor alle deelnemers de Individuele deelnemerskaart in.

De Individuele deelnemerskaart wordt teruggekoppeld aan de behandelaar van de deelnemer.

Bijeenkomst 16

Afsluiting Module 7 en afsluiting GoA

Benodigde materialen en voorbereiding

- Certificaat voor geslaagde deelnemer
- Eindverslag
- Module evaluatieformulier GoA om mee te geven

Inhoud programma

[5 min.] Aanvang van de bijeenkomst; welkom

Welkom bij de laatste bijeenkomst van de module Terugvalpreventie. Dit is meteen ook de laatste bijeenkomst van het behandelprogramma Grip op Agressie.

[5 min.] Terugblik op vorige bijeenkomst en bespreken van huiswerkopdracht

We kijken even kort terug op jouw inbreng van afgelopen bijeenkomst. Heb je daar nog vragen over?

[5 - 10 min.] Inleiding huidige bijeenkomst; uitleg doelen, inhoud en werkvormen

Vandaag gaan we samen met jou bespreken hoe jij deze laatste module, Terugvalpreventie, hebt doorlopen. Het was een belangrijke module omdat je in deze module alle onderdelen uit Grip op Agressie moet toepassen op je gedrag.

Het is belangrijk dat we nu ook goed kijken naar de afspraken die we moeten maken voor jouw toekomst.

Daarom gaan we nu beginnen met jouw Eindverslag. Daarna krijg je je laatste certificaat van GoA uitgereikt en dan is het natuurlijk tijd voor een glaasje drinken. Uiteraard krijg je net als bij de andere modules ook nu weer een Module evaluatieformulier, om straks in te vullen, zodat we goed weten wat jij van deze module vindt. Je hoeft je naam hier niet op te schrijven. We gebruiken je tips of aanvullingen anoniem.

We beginnen nu met het Eindverslag.

Duur	Doelen	Inhoud	Materialen
40 min.	Deelnemer kan bij elk doel van deze module aangeven in hoeverre het doel behaald is en welke leerpunten er nog zijn (samen met de trainer).	<p>De module wordt individueel afgerond door het module Eindverslag samen met de deelnemer in te vullen en te bespreken.</p> <p>Het certificaat wordt ingevuld en door de trainers uitgedeeld.</p> <p>De deelnemer krijgt drinken aangeboden ter afronding van GoA.</p> <p>De deelnemer wordt gevraagd om anoniem - met of zonder ondersteuning - het Module evaluatieformulier deelnemers GoA in te vullen na afloop van de bijeenkomst.</p>	<p>Eindverslag Module 1</p> <p>Certificaat</p> <p>Module evaluatie formulier deelnemers GoA</p>

[5 min.] Samenvatting van de bijeenkomst

We hebben in deze bijeenkomst samen gekeken hoe jij deze module hebt doorlopen, wat al goed gaat en wat nog aandachtspunten voor jou zijn om aan te blijven werken.

[10 min.] Evaluatie en afsluiting van de bijeenkomst

Aan de deelnemer wordt gevraagd:

- Wat heb je aan deze module gehad en wat neem je als waardevolle informatie mee?
- Wat vond je van Grip op Agressie?

We sluiten de bijeenkomst af. Heel veel succes, we hopen dat je hier veel hebt geleerd en dat je dat goed gaat gebruiken!


trajectum