



Centrum
Forensisch
Psychiatrische
Zorg

onderdeel van Mondriaan

Agressie Hanterings Therapie

Inleiding

Mensen met agressieproblematiek hebben vaker, sneller en heviger dan anderen last van gevoelens van irritatie, boosheid en woede en de vaardigheden om op een goede manier met deze gevoelens om te gaan ontbreken gedeeltelijk of helemaal.

Het is vaak moeilijk om op een manier te reageren waarbij de rechten van anderen niet aangetast worden. Het grensoverschrijdende gedrag maakt dat iemand een hoger risico loopt om met politie en/of Justitie in aanraking te komen. Indien de agressie verband houdt met psychiatrische- en/of psychische problematiek kan een agressiehanteringstherapie (AHT) u helpen om dit risico te verkleinen.

Klachten en kenmerken

AHT is bedoeld voor mannen en vrouwen vanaf 18 jaar met agressief gedrag (zgn. korte lontje) als reactie op een (vermeende) provocatie.

Het agressieve gedrag kan bestaan uit:

- verbale agressie
- fysieke agressie
- materiële agressie

Deelname aan de AHT kan onderdeel zijn van uw reclasseringsvoorwaarden maar er kan ook op vrijwillige basis deelgenomen worden aan de AHT.

Behandeling

Bij de Agressiehanteringstherapie (AHT) leert u op een betere, niet-gewelddadige manier om te gaan met vervelende situaties en gevoelens van irritatie, boosheid, woede of agressie. U leert op te komen voor uw eigen belangen, zonder anderen daarbij te benadelen. Gedragsverandering komt niet vanzelf, het kost moeite om gedragspatronen los te laten en te vervangen door ander gedrag. Actieve deelname en het nakomen van afspraken vergroten uw kans op een goed resultaat. De behandeling duurt gemiddeld een jaar en bestaat uit 4 modules:

- Motivatie, bewustwording en woedebeheersing
- Sociale vaardigheden
- Moreel redeneren en verantwoordelijk handelen
- Levenslijnen en agressie managementplan

De contactfrequentie is wekelijks 1 uur en 45 minuten, met aansluitend een uur Psychomotorische Therapie. Het betreft een half-open groep wat betekent dat bij de eerste sessie van elke module nieuwe deelnemers kunnen instromen. De groepstherapeuten zijn een psycholoog, een ambulante behandelaar en een psychomotorisch therapeut. U krijgt een werkmap waarin onder andere huiswerkopdrachten staan.

Doelstellingen en resultaten van de behandeling

Het hoofddoel van deze behandeling is dat u op een betere, niet-gewelddadige manier omgaat met vervelende situaties en gevoelens van irritatie, boosheid, woede of agressie. Er wordt getracht om u meer inzicht te geven in uw denken, voelen en handelen. Hoe groter dit inzicht, des te meer vat u krijgt op de keuzes die u maakt in uw leven.

Voorbeelden van resultaten van de behandeling kunnen zijn; u bent beter in staat om uit een situatie te stappen, u kunt uw eigen spanning verminderen, u kunt anders naar situaties kijken etc. Het doel en het uiteindelijke resultaat is dat u alternatieve manieren heeft om met moeilijke situaties om te gaan.

Contact

Heeft u na het lezen van deze folder vragen verzoeken wij u contact met ons op te nemen. Onderstaand zijn adres- en contactgegevens vermeld.

John F. Kennedylaan 305
6419 XZ Heerlen
T: (088) 506 69 36
E: info@radixcfpz.nl
www.radixcfpz.nl

onderdeel van Mondriaan