



Delictketen

Methodiekenfiche

Naam	Concentrische cirkels
Thema	Inzicht in de eigen feiten
Gebruiksaanwijzing	<u>Doel:</u> Door in verschillende stappen op te bouwen leggen we elke bouwsteen bloot om te spreken over de feiten. In de laatste stap worden alle inzichten gecombineerd tot een eigen delictketen. <u>Wie:</u> Jongeren tussen 10 en 18 jaar. <u>Waar:</u> binnen/ buiten, rustige omgeving waar kan gesproken worden zonder gestoord te worden. <u>Hoe:</u> De werkbundel delictketen kan sessie per sessie behandeld worden. De thema's kunnen afzonderlijk van elkaar behandeld worden en er kan per thema bijkomende methodieken gezocht worden in het eigen aanbod.
Materiaal	Schrijfgerief + werkbundel delictketen

De theoretische basis van de delictketen en het document van Trajectum waarop deze bundel gebaseerd is kan u via onderstaande koppelingen raadplegen.

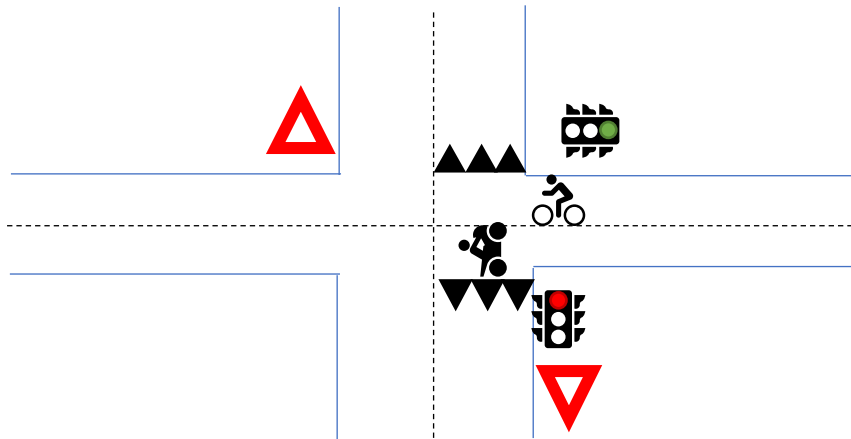
[Dienst | HCA - 6.23 2 achtergrond delictketen richtlijnen gebruik.pdf - Alle documenten \(sharepoint.com\)](#)

[Dienst | HCA - 6.23 3 achtergrond delictketen GOA.pdf - Alle documenten \(sharepoint.com\)](#)



Sessie 1: Het kruispunt

Het Kruispunt: De agressie die jullie hebben getoond, kun je vergelijken met een door jullie veroorzaakt ongeluk op een kruising. In dit voorbeeld reed een van jullie (noem naam) en hij reed een fietser aan, die van rechts kwam (trainer tekent onderstaand kruispunt op een bord/papier)



Als jullie terugkijken naar dit ongeluk, wat valt jullie dan op? Welke signalen heeft de brommerrijder gemist?

- hij heeft bijvoorbeeld niet gezien dat het stoplicht op rood staat.
- hij heeft ook niet gezien dat er haaiantanden op de weg staan.
- hij heeft niet gezien dat er een bord staat dat je voorrang moet geven.
- hij heeft er niet opgelet dat de fietser van rechts komt.

Kortom hij heeft veel signalen gemist of genegeerd, zich er niets van aangetrokken! Dit voorbeeld kun je vergelijken met agressief gedrag.

Ook daarmee hebben jullie een ongeluk veroorzaakt en jullie hebben niet gelet op de signalen die jullie hebben gekregen. De signalen die je krijgt, kun je verdelen in signalen die je **lichaam** geeft en signalen die je **gedachten/gevoelens/gedragingen geven**, voorafgaand aan het geweldsdelict.



Opdracht 1

Je bent van thuis naar Elegast gekomen. Deze verplaatsing is een gebeurtenis die je kunt vergelijken met het kruispunt. Dus tijdens je verplaatsing zijn er waarschijnlijk ook signalen aanwezig geweest. Probeer hieronder die signalen op te schrijven.

Lichamelijke signalen:

Gedachten:

Gevoelens:

Gedragingen:

Opdracht 2

Ga terug in de tijd, denk aan jouw delictsituatie. Probeer je goed te concentreren op die gebeurtenis en probeer de signalen te herinneren die je gemist hebt of toen nog niet kende. Probeer hieronder die signalen op te schrijven.

Lichamelijke signalen:

Gedachten:

Gevoelens:

Gedragingen:



Sessie 2: De stappen vooraf

Gebeurtenissen vooraf, de eerste stap in de agressieketen

Hieronder staat een aantal voorbeelden van de eerste schakels, die eerste waarschuwingssignalen. Kijk of er een voor jou bekend voor komt.

1. Ik kreeg een flinke financiële tegenslag. Ik werd humeurig en sloot me voor anderen af
2. Ik kreeg op mijn donder op school/op mijn werk en voelde me gespannen.
3. Ik werd vernederd en kon het die ander niet betaald zetten. Ik voelde me gefrustreerd en reageerde dat op een ander af.
4. Ik kreeg of bereikte niet wat ik wilde, ik werd boos en ging dwingen. Ik voelde me machteloos.
5. Ik kreeg problemen met vrienden of kennissen, ik trok me terug en voelde me afgewezen.
6. Ik begon alcohol te drinken (drugs te gebruiken), ik werd driftig en kreeg ruzie met de mensen in mijn directe omgeving.
7. Ik had problemen met een vriend/vriendin en maakte daar ruzie over, ik liep kwaad weg en voelde me afgewezen.
8. Ik verveelde me, had geen hobby's, keek alleen maar televisie/computerde als ik thuis was en bemoeide me niet met anderen. Ik was uit mijn humeur en gesloten.
9. Ik hoorde iemand wat over mijn moeder/familie zeggen.
10. Ik werd uitgedaagd op straat, mensen toonden geen respect voor mij.

Kijk naar hoe je leven was ten tijde van het delict:

Wat gebeurde er die dag, wat voelde je, wat deed je? Het kan een concrete gebeurtenis zijn of een bepaalde dag maar het kan ook een situatie zijn waarin jij je al een langere periode van je leven bevond.

Probeer hieronder minimaal twee Gebeurtenissen Vooraf te beschrijven die bij jouw agressieketen horen:

Ik



VZW ELEGAST
DIENST HCA
Vorming

Ik



Sessie 3: Gevoelens

Gevoelens herkennen

Hieronder staan een aantal voorbeelden van de tweede schakel, de gevoelens. Kijk of er een voor jou bekend voor komt.

Ik voel me depressief

Ik ben angstig

Ik ben boos

Ik voel me afgewezen

Ik voel me een mislukkeling

Ik verveel me

Ik voel me zielig

Ik voel me minderwaardig

Ik voel me teleurgesteld

Ik ben opgefokt

Ik voel me nutteloos

Alternatief is het gebruiken van de gevoel en behoefte kaarten.

Je bent van thuis naar je gesprek gekomen. Deze verplaatsing is een gebeurtenis die je kunt vergelijken met het kruispunt. Dus tijdens deze verplaatsing zijn er waarschijnlijk ook gevoelens aanwezig geweest.

Probeer hieronder die gevoelens op te schrijven.

Ik voelde me

Ik voelde me

Ik voelde me



Ook tijdens het plegen van je delict zijn er gevoelens aanwezig

Probeer hieronder die gevoelens op te schrijven:

Ik voelde me

Ik voelde me



Sessie 4: Gedachten – inleiding denkfouten

Gedachten herkennen

Hieronder staat een aantal voorbeelden van gedachten die vaak genoemd worden:

1. ik mag agressief reageren als ik respectloos wordt behandeld.
2. ik voel me beter als ik mijn boosheid uit.
3. ik reageer alleen agressief omdat anderen mij uitdagen.
4. ik voel me niet in staat om goed met mijn leven om te gaan.
5. ik mag mijn onzekerheid niet aan anderen laten zien.
6. ik wil wraak nemen.
7. ik denk dat mensen er op uit zijn om me te grazen te nemen.
8. ik kan er niets aan doen dat ik agressief word.
9. ik hoef niets te proberen, ik misluk toch.
10. ik word agressief omdat anderen mij discrimineren.
11. ik vind dat ik altijd moet terugslaan als ik geslagen wordt.
12. ik vraag me af waarom mij dit overkomt.
13. ik ben nooit fout.
14. ik vind dat je moet slaan voordat jezelf geslagen wordt.
15. ik word toch niet gepakt door de politie.
16. ik denk dat je met slaan respect kan afdwingen.
17. ik ben eigenlijk dom.
18. ik vind dat je een mietje bent als je je laat slaan.
19. ik verdien medelijden met mezelf te hebben.
20. ik vind dat het niet goed is als het niet op mijn manier gaat.

Zoek bij bovenstaande uitspraken over welke soort denkfout het gaat, schrijf dit achter de uitspraak.

Vooroordelen

Goedpraters

Minimaliseren of bagatelliseren

Uitgaan van het negatieve

Anderen de schuld geven van wat je zelf fout doet

Je bent van thuis naar je gesprek gekomen. Deze verplaatsing is een gebeurtenis die je kunt vergelijken met het kruispunt. Dus tijdens deze verplaatsing zijn er waarschijnlijk ook gedachten aanwezig geweest.

Ik dacht

Ik dacht



Ik dacht

Ook tijdens het plegen van je delict zijn er gedachten aanwezig

Probeer hieronder die gedachten op te schrijven:

Ik dacht

Ik dacht

Noot: Aanvullend kan er gewerkt worden rond helpende – niet helpende gedachte.



Sessie 5: gedrag - verantwoordelijkheid

Gedrag herkennen

Hieronder staat een aantal voorbeelden van gedragingen die vaak voorkomen bij een incident:

1. Ik verhef mijn stem.
2. Ik ga schreeuwen.
3. Ik vermijd oogcontact.
4. Ik word heel stil.
5. Ik staar naar de vloer en bijt op mijn nagels.
6. Mijn lichaam wordt gespannen en star.
7. Ik word stiekem en houd dingen achter.
8. Ik houd mijn kaken op elkaar als ik heel kwaad ben.
9. Ik lach terwijl mij pijn wordt gedaan.
10. Ik krijg een rood hoofd, ik bal mijn vuisten.
11. Ik word sarcastisch en ruziezoekend.
12. Ik antwoord niet als er tegen mij gesproken wordt.
13. Ik kijk onverschillig.
14. Ik staar in de ruimte.
15. Ik word heel passief of juist heel agressief.
16. Ik isoleer me en vermijd contact met anderen.
17. Ik ga alcohol drinken.
18. Ik ga heel druk praten en/of bewegen.
19. Ik intimideer anderen.
20. Ik ga grove taal gebruiken.
21. Ik ga drugs gebruiken.
22. Ik ga de clown uithangen, neem niets meer serieus.

Taart van verantwoordelijkheid

We gaan er vaak vanuit dat ons gedrag een reactie is op het gedrag van iemand anders. (denk terug aan mogelijke denkfouten). Hierdoor leggen we de verantwoordelijkheid deels buiten onszelf. Om te kunnen groeien in onze conflicten is het voor ons belangrijk om te kijken naar de eigen verantwoordelijkheid.

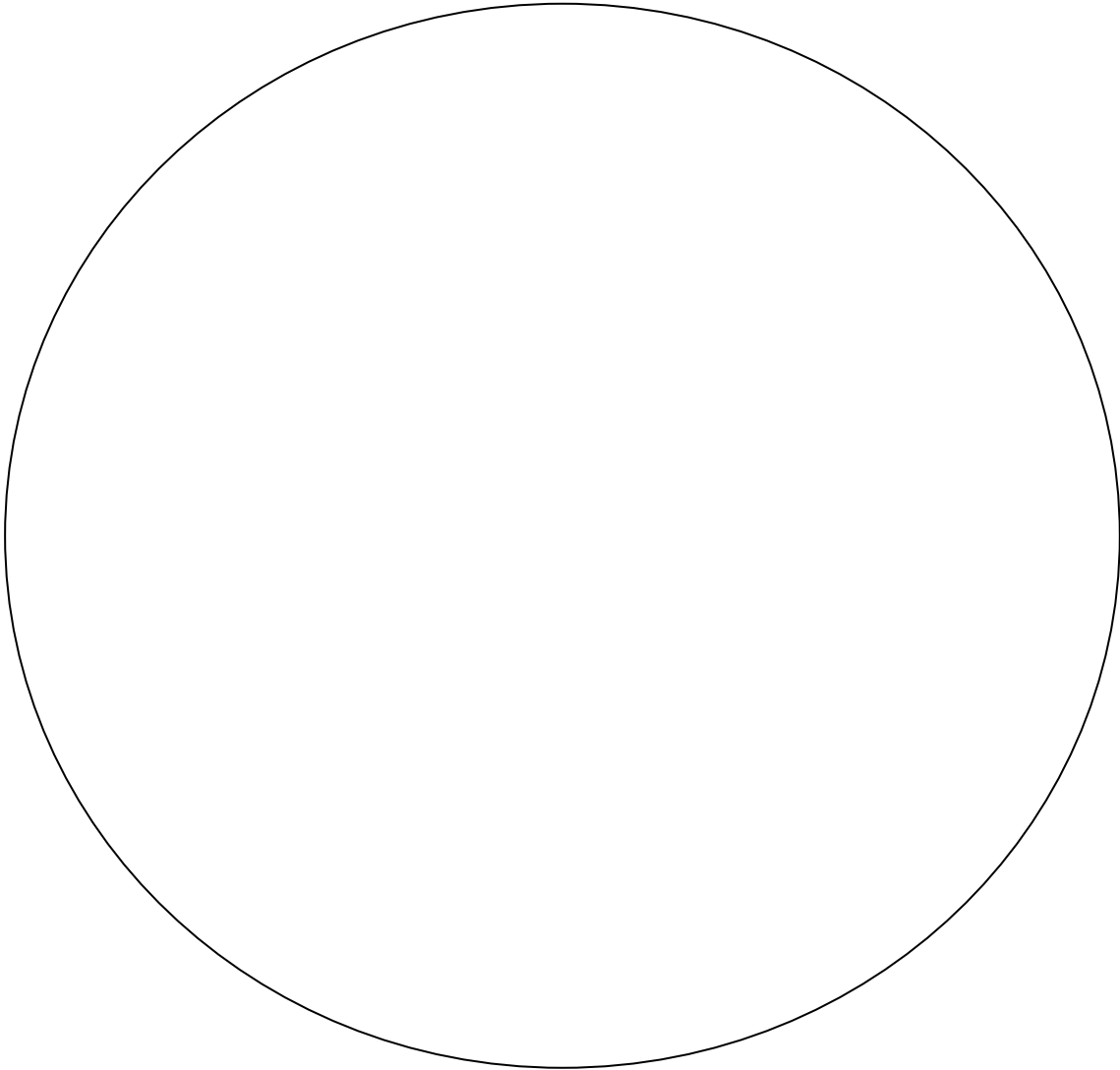
Werk het volgend voorbeeld uit:

Adam (16) en Dennis (17) zijn vrienden. Op een dag verveelt Dennis zich enorm en gaat naar het huis van Adam. Onderweg komt hij een auto tegen waarvan de sleutels nog in het contact zitten. Dennis zou er wel een ritje mee willen rijden. Hij bedenkt dat het wel leuker zou zijn mocht Adam mee gaan. Hij besluit naar het huis van Adam te gaan om hem mee te krijgen om samen een toertje te doen met de wagen. Bij aankomst in het huis van Adam, ziet hij echter dat Adam schrik heeft om een auto te stelen én om er een ritje mee te maken wetende dat geen van beide een rijbewijs heeft. Hij twijfelt enorm en geeft in eerste instantie aan dat hij dit niet ziet zitten omdat ze anders in de problemen zullen komen. Dennis zegt dat hij al vaker heeft gereden met de auto en dat Adam zich geen zorgen moet maken dat er iets met de auto zal gebeuren. Aarzelend besluit Adam toch om mee te gaan. Dennis rijdt met een hoge snelheid waardoor dit wordt opgemerkt door de politie. Ze worden tegengehouden en meegenomen naar het politiecommissariaat. Beiden jongens worden verhoord en nadien voorgeleid bij de jeugdrechter. Ze worden elk voor drie maanden geplaatst in de gesloten instelling van Mol.



Aandeel Dennis

Aandeel Adam



Kies nu twee gebeurtenissen die te maken hebben met je eigen feiten:

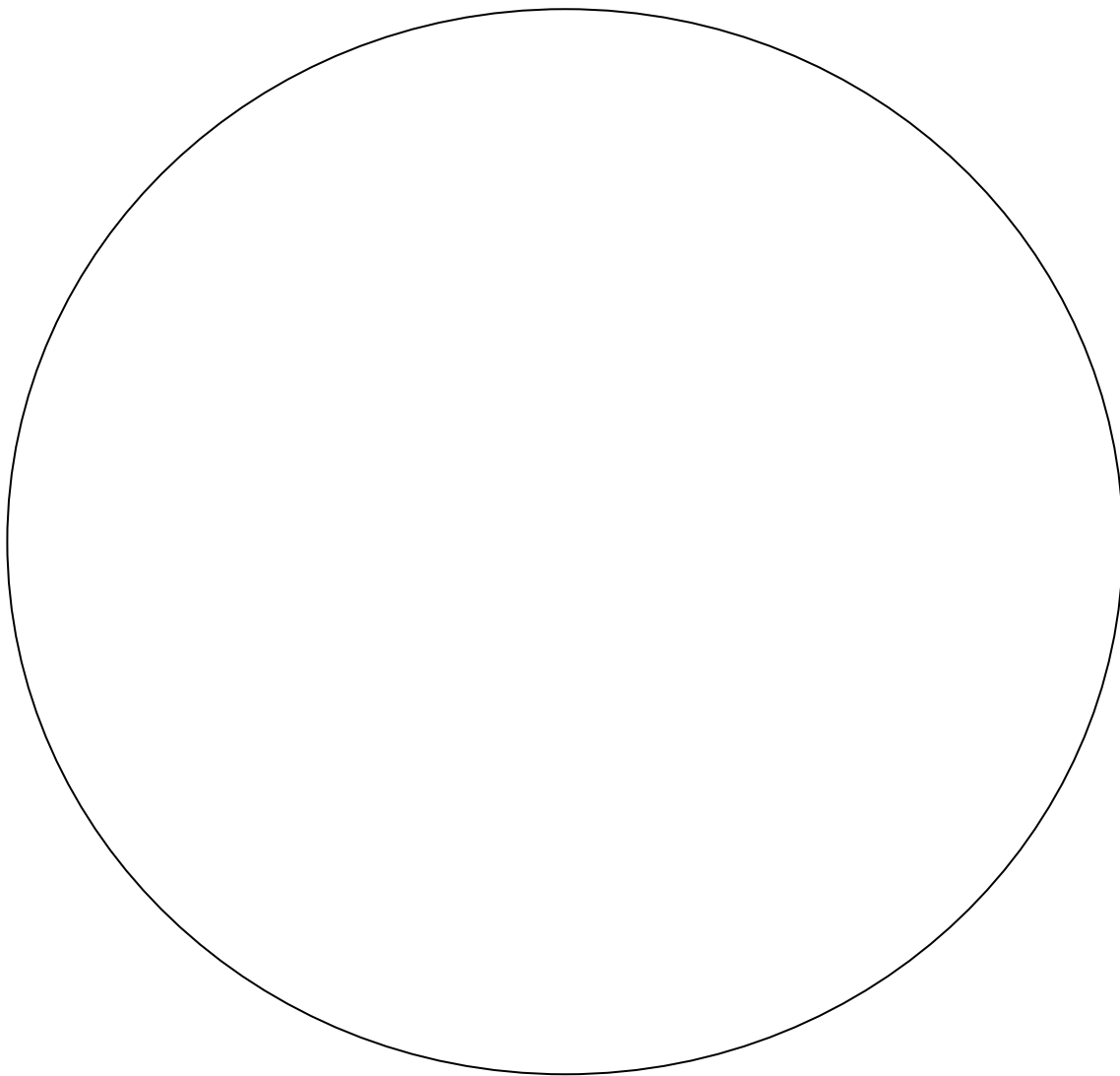
Ik

Ik



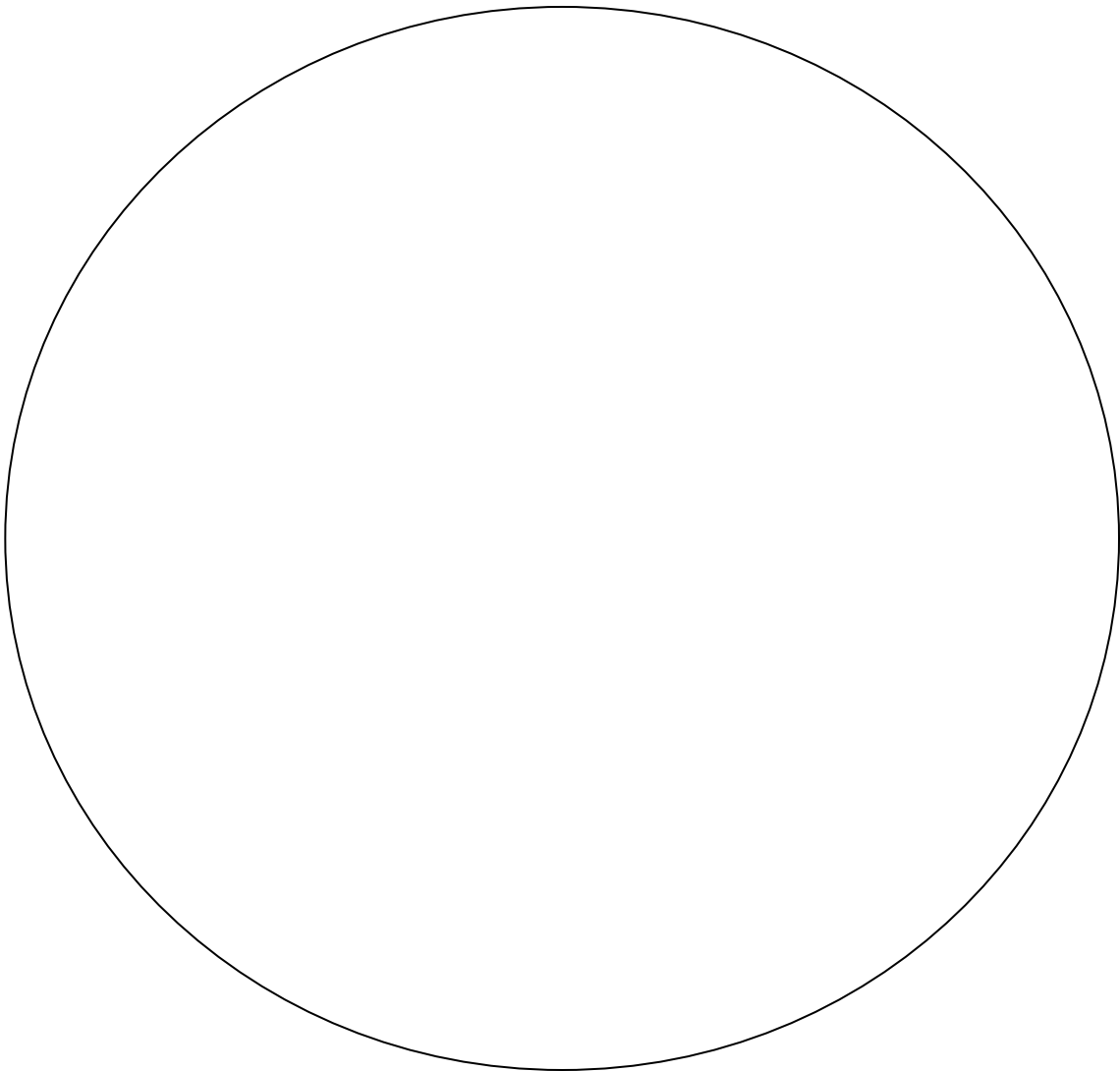
Werk ook voor deze twee eigen voorbeelden een taart van verantwoordelijkheid uit.

1. Wie krijgt een deel van de verantwoordelijkheid?





2. Wie krijgt een deel van de verantwoordelijkheid?



Sessie 6: Goedpraters

Goedpraters herkennen

Goedpraters zijn een type denkfout. Het is een excuus dat we voor onszelf verzinnen om ons gedrag 'goed te praten'

Hieronder staan een aantal voorbeelden van goedpraters die vaak gebruikt worden welke heb je zelf al eens gebruikt?

1. Het slachtoffer heeft mij uitgedaagd en verdient niet beter.
2. Wie mij niet met respect behandelt, weet wat hem te wachten staat.
3. Het is geen agressie, het is zelfverdediging.
4. Iemand die mij lang dwarszit, verdient niet beter.
5. Als iemand wat over mijn familie zegt, krijgt hij de volle laag.
6. Ik dwing respect af door iemand te slaan.
7. Als een van mijn vrienden wordt aangevallen, moet ik voor hem opkomen.
8. Door te vechten laat ik zien dat er niet met mij niet gesold kan worden.
9. Als je je niet verdedigt, nemen ze je de volgende keer nog harder te grazen.
10. Door te vechten bewijs ik mezelf ten opzichte van mijn vrienden.
11. Er zijn ergere dingen dan iemand slaan.
12. Het is toch normaal dat ik hier agressief van word.
13. Andere delicten zijn veel erger, gemener.

Op het einde van de vorige sessie werkten we rond twee situaties die te maken hebben met je delict. Door de taart van verantwoordelijkheid te gebruiken zien we beter wat ons eigen aandeel is bij deze feiten.

Deze goedpraters gebruiken we bijna dagelijks. Kan je zelf een lijst maken van een aantal goedpraters die je de vandaag of in de laatste week gebruikte?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.



We zoeken naar de denkfouten die we zelf maken als we terugkijken naar de feiten (oefening vorige sessie):

Omschrijf de eerste situatie kort.

Welke goedpraters gebruik je als je spreekt over deze situatie?

Omschrijf de tweede situatie kort.

Welke goedpraters gebruik je als je spreekt over deze situatie?



Sessie 7: Ontremmers

Ontremmers herkennen

Het drinken van alcohol of het gebruiken van drugs heeft invloed op je denken, doen en voelen. Sommige mensen zeggen dat 'de remmen los gaan' als ze alcohol gebruiken of drugs gebruiken. Anderen worden juist rustig of vallen zelfs in slaap.

Hieronder staat een aantal vragen die te maken hebben met ontremmers. Probeer deze vragen te beantwoorden.

Heb je al eens alcohol of drugs gebruikt?

Welke invloed heeft het gebruik van alcohol of drugs op jou?

Welke invloed heeft alcohol of drugs op jouw gedrag?

Andere ontremmers kunnen ook van invloed zijn op je gedrag, zoals lichamelijke factoren. Herken je deze voorbeelden?

Slapeloosheid

Nachtmerries

Lichamelijke pijnklachten (b.v. buikpijn, kiespijn)

Hyperventilatieklachten

Een slechte lichamelijke conditie.

Zijn er voor jou bepaalde lichamelijke factoren van invloed op je agressieve gedrag?

Heb je zelf nog andere voorbeelden?

Zoals al een aantal keren benoemd is, zijn er naast alcohol en drugs ook nog andere ontremmers. De lichamelijke factoren hebben we al besproken. Ook situaties kunnen hun invloed hebben op je gedrag. Hieronder staat een aantal stellingen beschreven die we samen gaan bespreken aan de hand van de vragen die erbij staan:



Bekend is dat het meedragen van een wapen het effect kan hebben dat je boosheid in een bepaalde situatie sneller en hoger oploopt.

Herken je dit? Hoe werkt dat bij jou?

Bekend is dat een vriendengroep waarin je verkeert, die net zo vaak agressief gedrag vertoont als jijzelf, het effect kan hebben dat je niet merkt dat je agressief gedrag vertoont.

Je kunt met je uiterlijk ook een 'ontremmende' uitwerking hebben op anderen in je omgeving.

Denk hierbij bijvoorbeeld aan de houding waarmee je een lokaal binnenstapt of waarmee je de leerkracht aan de deur tegemoet loopt. Je gezichtsuitdrukking en de manier waarop je uit je ogen kijkt (strak, gespannen, boos), je haardracht, de hoeveelheid goud die zichtbaar om je nek, polsen, oren, etc. zit.

Herken je dit? Welke onderdelen van jouw uiterlijk roepen –ongewild- andermans reactie over je af?



Sessie 8: Schijnbaar onbelangrijke beslissingen

SOB's herkennen

Voorbeeldverhaal Jan

Lees het onderstaande voorbeeld verhaal over Jan. Als je het verhaal helemaal gelezen hebt probeer je de schijnbaar onbelangrijke beslissingen die Jan genomen heeft, waardoor hij uiteindelijk in een situatie terecht kwam waarin hij agressief gedrag vertoonde, op te schrijven.

Jan is een jongen van 17 jaar. Hij is vaak met de politie in aanraking gekomen vanwege agressief gedrag op straat. Ook is hij vorig jaar van school gestuurd wegens agressief gedrag tegen leerkrachten en wegens het regelmatig vechten met klasgenoten. Jan wordt vaak agressief als hij ergens teleurgesteld over is en als hij alcohol heeft gedronken. Hij weet dit ook van zichzelf. Verder is Jan een enorme Beerschot-supporter.

Op een zondagmiddag gaat Jan naar Royal Antwerp - Beerschot in den Bosuil. Beerschot verliest die wedstrijd met 0-3. De kansen op het landskampioenschap voor Beerschot zijn met dit verlies verkeken. Jan is erg teleurgesteld hierover, hij baalt er behoorlijk van.

Zijn vrienden stellen na de wedstrijd voor om naar de kroeg te gaan. Eenmaal in de kroeg aangekomen, ziet Jan dat er ook Antwerp-supporters in de kroeg zitten die de overwinning van hun ploeg aan het vieren zijn. Een van Jan's vrienden stelt daarop voor om maar naar een andere kroeg te gaan. Jan is het hier niet mee eens, omdat het bier in deze kroeg beter en goedkoper is. Bovendien zegt Jan dat hij weinig geld bij zich heeft en daarom ook niet naar een duurdere kroeg wil. Jan neemt zich voor om maximaal twee biertjes te nemen. Daarna wil hij overstappen op de cola. Zijn vrienden geven echter allemaal rondjes bier. Jan vindt het lullig voor zijn vrienden om die biertjes af te slaan. Bovendien vindt hij eigenlijk dat een echte kerel geen cola maar bier hoort te drinken.

Na zeven biertjes gedronken te hebben, hoort Jan dat de Antwerp-supporters anti-Beerschot liederen aan het zingen zijn. Jan besluit om te gaan kijken wat de Antwerp-supporters, die in een ander gedeelte van de kroeg zitten, allemaal aan het doen zijn. Eenmaal bij deze supporters aangekomen, wordt Jan door één van hen uitgedaagd en uitgescholden. Jan wordt woedend en begint de Antwerp-supporters te bedreigen. De andere Antwerp-supporters beginnen er zich ook mee te bemoeien. Jan geeft daarop een seintje aan zijn vrienden dat zij erbij moeten komen. De Antwerp-supporter noemt Jan daarop een mietje omdat hij de ruzie niet alleen af zou kunnen. Jan geeft hierop de Antwerp-supporter een klap in het gezicht. Er ontstaat een vechtpartij tussen Beerschot- en Antwerp-supporters in de kroeg. De kroegbaas belt de politie en Jan wordt opgepakt wegens gewelddadig gedrag. Deze keer komt hij er waarschijnlijk niet meer zo gemakkelijk vanaf.

Schijnbaar onbelangrijke beslissingen van Jan

[illegible]



Sessie 9: Mijn risico situaties

Mijn risico situaties (aanstekers) herkennen.

Kijk naar de onderstaande lijst en lees de eerste situatie. Denk na in welke mate deze agressie bij jou zou kunnen uitlokken (schelden, duwen, spugen, trappen, schoppen, slaan, steken etc.) Kruis het cijfer aan dat daarbij hoort:

- 1. = helemaal geen uitlokking
- 2. = een beetje uitlokking
- 3. = aardig wat uitlokking
- 4. = veel uitlokking
- 5. = zeer veel uitlokking

Denk vervolgens na hoeveel vertrouwen je erin hebt dat je je zelfbeheersing niet zal verliezen in deze situatie. Kruis het cijfer aan dat hierbij hoort:

- 1. = helemaal geen zelfvertrouwen
- 2. = een beetje zelfvertrouwen
- 3. = aardig wat zelfvertrouwen
- 4. = veel zelfvertrouwen
- 5. = zeer veel zelfvertrouwen

Agressie uitlokkende situaties:

Agressie uitlokkende situaties						Vertrouwen in eigen beheersing				
Geen						zeer veel				
1	2	3	4	5	Als ik me aan iemand erger	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als anderen stoer doen	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik met oudere jongens/ meisjes ben	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als iemand me voor de voeten loopt	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik met jongere jongens/ meisjes ben	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik word uitgedaagd	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	ik niet met respect word behandeld	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me eenzaam voel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als mijn familie wordt beledigd	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik word gediscrimineerd	1	2	3	4	5



Agressie uitlokkende situaties						Vertrouwen in eigen beheersing				
Geen						Geen				
1	2	3	4	5	Als iemand zegt dat ik iets moet doen	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik indruk wil maken	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik er aan denk dat ik niet kwaad mag worden	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me gespannen voel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik zin heb om te vechten	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me teleurgesteld voel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me lekker wil voelen	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me schuldig voel over iets dat ik heb gedaan	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als er opeens iets gebeurt	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik ontevreden ben over mezelf	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik kritiek krijg	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik nieuw in een groep ben	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik thuis ruzie heb gehad	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik het gevoel heb voor gek te zijn	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als alles goed gaat	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me verveel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als het me allemaal niets meer kan	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als vrienden er bij me op aandringen mee te doen	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik anderen zie vechten	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik denk dat ik mijn agressie wel in de hand heb	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik anderen zie vechten	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik een film met geweld heb gezien	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik jaloers ben	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me verdrietig voel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik aangevallen word	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als iets waar ik mee bezig ben mislukt	1	2	3	4	5



Agressie uitlokkende situaties						Vertrouwen in eigen beheersing				
Geen						zeer veel				
1	2	3	4	5	Als ik problemen heb op school/werk	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik alcohol heb gedronken	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik me bedreigd voel	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik moe ben	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik uitga	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik verloren heb	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Op bepaalde tijden van de dag	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik afgewezen word	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	5 Als iemand niet naar mij luistert	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als iemand zegt dat ik iets niet goed	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik drugs heb gebruikt	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als iemand me raar aankijkt	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5	Als ik aandacht wil	1	2	3	4	5
1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
1	2	3	4	5		1	2	3	4	5

Als je alle situaties hebt aangekruist, kun je zelf misschien nog situaties bedenken

die niet op de lijst staan, maar die wel op jou van toepassing zijn. Schrijf deze erbij.

Als je dit hebt gedaan, schrijf je vier situaties op waarin uitlokking om agressief te reageren

het grootst is (cijfer 5) en tegelijkertijd je vertrouwen dat je je zelfbeheersing verliest het

kleinst is (cijfer 1) op. Dit zijn jouw vier moeilijkste situaties om niet met agressief gedrag te reageren.

Mijn vier moeilijkste situaties zijn:

1.

2.

3.



Welke aanstekers waren er aanwezig tijdens je eigen feiten? Wat was er al gebeurd of wat gebeurde er tijdens...

1.

2.

3.

4.



Sessie 10: agressieketen

Verkennen van de feiten.

We maken vandaag een delictscenario. Dit doen we zoals we een film zouden opstellen. We laten de jongere zijn scenario vertellen en nemen hierbij zelf de pen om dit zo accuraat mogelijk op papier te krijgen (let op de details). We starten natuurlijk niet op het hoogste punt van de feiten, maar een periode ervoor. Wat deze periode is, blijft afhankelijk van jongere en feit.

- We ondersteunen in dit gesprek voornamelijk met helpende vragen zoals: Waar was je? Wat zag je om je heen? Wat deed je?
- Het kan helpend zijn om de jongere het verhaal in de tegenwoordige tijd te laten vertellen. Dit maakt de koppeling tussen gedachten en gevoelens meer toegankelijk.
- Het kan ook helpen zijn te werken met het g-schema als de jongere zelf moeilijk tot verhaal komt.
- De verschillende gevoelens naast elkaar verkennen kan helpend zijn om een meer gestructureerd verhaal te bekomen van de jongere.
- Indien de beschrijving van de feiten in de aangemelding afwijken dan die van het verhaal van de jongere, confronteer je hem daar nog niet mee. Dit kan in een volgende fase van het proces.
- De beschrijving van het delict is ongeveer 700 woorden lang.
- Wanneer het scenario volledig beschreven is kan er met aangemelding ernaast gekeken worden naar de inconsistenties. De jongere mag hiermee geconfronteerd worden, maar we zijn niet op zoek naar een verklaring, wel naar een manier om de twee verhalen te versmelten tot één gedragen geheel.



VZW ELEGAST
DIENST HCA
Vorming

[illegible]



Sessie 11: dreigende crisis/delict – signaleringsplan

Herkennen van dreigende crisis.

We zoeken samen op basis van de informatie die reeds besproken werd naar de 5 belangrijkste vroege voortekenen van een escalatie.

Belangrijkste vroege voortekenen	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

De mate waarin deze voortekenen voorkomen bepaald in welke fase van het signaleringsplan we moeten kijken voor een gepaste reactie.

Fase 0: de situatie is normaal / stabiel (evenwicht)

De vroege voortekenen zijn nagenoeg niet aanwezig.

	Acties uitgevoerd door cliënt, sociaal netwerk
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Fase 1: het voorteken is licht tot matig aanwezig (dreigende crises)

	Acties uitgevoerd door cliënt, sociaal netwerk
1.	



VZW ELEGAST
DIENST HCA
Vorming

2.	
3.	
4.	
5.	



Fase 2: het voorteken is in ernstige mate aanwezig (delictscenario is bezig)

	Acties uitgevoerd door cliënt, sociaal netwerk
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	