

Programma De-escalerend Handelen

E-learning

Tijd	Onderwerp
00:00– 00:05	Introductie — welkom, leerdoelen en korte instructie platform
00:05– 00:13	Wat is agressie? — begrippen, onderscheid gedrag / intentie / context
00:13– 00:25	Spanning & primaire reacties — fight/flight/freeze en impact op handelen
00:25– 00:40	C-O-M (Crisisontwikkelingsmodel) — opbouw, afbouw en interventierichtlijnen
00:40– 00:52	ABCD-model bij agressie — A / B / C / D uitleg en luisterfragment
00:52– 01:02	Signaleringsplan — wat noteer je en hoe deel je het met netwerk/collega's
01:02– 01:10	Praktijkstukje e-learning — korte handvatten: spanning laten zakken & handelingsrichtlijnen
01:10– 01:15	Praktijkquiz — toetsing (C-O-M, ABCD, spanning, signaleringsplan)

Praktijktraining (4 uur)

Tijd	Onderwerp
09:00– 09:20	Intro & check e-learning — kennismaken, verwachtingen, korte terugkoppeling e-learning
09:20– 09:50	Eigen spanning, matchen van energie & bewegingskarakteristiek (Shafir)
09:50– 10:30	C-O-M — opbouw, afbouw en interventies (demonstratie en oefenen met acteur)
10:30– 10:40	Pauze
10:40– 11:20	ABCD-model & interventies — combineren met C-O-M (casusbespreking)
11:20– 12:05	Praktijkscenario's met acteur — realistische runs incl. opbouw naar C/D
12:05– 12:25	Loskomtechnieken — veilige, proportionele toepassing (begeleide oefening)
12:25– 12:45	Reflectie & borging — SMART-actie, feedback en afspraken voor vervolg
12:45– 13:00	Afsluiting — samenvatting, praktische vervolgstappen en nazorginstructie