

Omgaan met agressie

Deelnemers van deze training leren hoe ze adequaat en respectvol kunnen omgaan met agressie en gespannen situaties.



ICM biedt de training *Omgaan met agressie* alleen [Incompany](#) aan. Voor meer informatie kun je contact opnemen met een van onze consultants op het nummer 030 - 29 19 888 of via info@icm.nl.

Ben je weleens betrokken bij agressievolle situaties? Hoe ga je hiermee om? Hoe zou het zijn als je je aanpak en gedrag bewust kunt inzetten in de situatie waarin je je bevindt?

Tijdens deze training leer je op effectieve wijze omgaan met agressie, waarbij je oefent met een acteur. Daarnaast leer je hoe je grip krijgt op lastige situaties waarin spanning en emoties hoog oplopen. Uitgaande van je huidige kracht leer je hoe je adequaat en respectvol kunt omgaan met agressieve personen en situaties. Doordat je je bewust bent van jezelf en je effect op anderen, zul je professioneler en met meer zekerheid handelen.

Kenmerken

Investering	€ 995,-
Aantal locaties	0

Resultaat



- ✓ Je leert effectief omgaan met verschillende vormen van agressie
- ✓ Je kunt verschillende soorten agressie tijdig herkennen of zelfs ombuigen
- ✓ Je krijgt inzicht in verschillende gedragsstijlen
- ✓ Je leert agressie- en angstsignalen bij jezelf herkennen
- ✓ Je wordt je bewust van je eigen gedrag en handelen tijdens agressievolle situaties
- ✓ Je leert je eigen grens bewaken
- ✓ Je krijgt meer grip op emotioneel en agressief gedrag

Doelgroep



Deze training sluit aan bij iedereen die in de dagelijkse praktijk beter wil leren omgaan met agressie.

ICM biedt de training *Omgaan met agressie* alleen [Incompany](#) aan. Voor meer informatie kun je contact opnemen met een van onze consultants op het nummer 030 - 29 19 888 of via info@icm.nl.

Programma



- Kenmerken van agressief gedrag
- Agressiestijlen en -vormen
- Bewust gebruikmaken van verschillende gedragsstijlen
- Je persoonlijke stijl: kwaliteiten en valkuilen
- Grenzen stellen en omgaan met emoties
- Verbaal en non-verbaal gedrag bij agressie
- Preventieve mogelijkheden voor agressiereductie
- Persoonlijke leervragen en cases
- Verschillende uitingsvormen van agressie
- Zelfcontrole en zelfkennis
- Praktijkvoorbeelden en -oefeningen
- Persoonlijk actieplan

Studiewijze



Intake

Voorafgaand aan de training vindt een persoonlijke, schriftelijke intake plaats. Op basis hiervan stel je je persoonlijke doelstellingen vast.

Bijeenkomsten

Door middel van vragenlijsten, oefeningen en praktijkvoorbeelden krijg je zicht op je kwaliteiten en valkuilen. Je oefent met een acteur je eigen situaties, zoals omgaan met agressieve, geïrriteerde of lastige personen. Door de gerichte feedback op je werkwijze en gedrag tijdens voor jou relevante situaties leer je de verworven vaardigheden te vertalen naar je eigen werk- en leefomgeving.

Persoonlijk actieplan

Aan het eind van de training stel je een persoonlijk actieplan op, om het geleerde toe te passen in de praktijk.

ICM-certificaat

Heb je de gehele training gevolgd, dan ontvang je het ICM-certificaat.

Plaats & data



De opleiding wordt gegeven in .

Je kunt kiezen uit de volgende locaties, dagen en dagdelen:

Investering



De investering bedraagt v.a.€ 995,-.

ICM biedt de training *Omgaan met agressie* alleen [Incompany](#) aan. Voor meer informatie kun je contact opnemen met een van onze consultants op het nummer 030 - 29 19 888 of via info@icm.nl.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

[Meer informatie](#)

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

[Meer informatie](#)

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Advies



Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

<https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/omgaan-met-agressie/>

Of bel 030 - 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.