

Agressieregulatietherapie

Informatie voor patiënten



Wat is ART?

ART ofwel Agressieregulatietherapie is een actief trainingsprogramma waar de jongeren leren zichzelf te beheersen en controle te houden in boosheid oproepende situaties. In eerste instantie wordt er gewerkt rond het herkennen van signalen van boosheid en woede. Verder wordt er ruimte gecreëerd voor het aanleren en oefenen van alternatieve strategieën. Ten slotte wordt er aandacht besteed aan het voorkomen van agressieve incidenten in de toekomst.

Voor wie?

De groepstherapie richt zich op jongens tussen 12 en 18 jaar die kampen met een impulscontroleproblematiek wat zich uit in agressief gedrag. Zowel jongeren met klachten van reactieve agressie als jongeren die proactief agressief gedrag stellen, kunnen deelnemen aan het programma.

Voorwaarden

- Het IQ van de jongeren ligt boven de 70
- Middelengebruik staat niet op de voorgrond
- Geen acute of instabiele psychotische problematiek
- Reeds (semi)residentieel in behandeling zijn binnen ZNA UKJA

Wat is de werkwijze van de groepstherapie?

In deze groepstherapie wordt er gewerkt rond het herkennen van frustraties (lichamelijke gewaarwordingen, gevoelens, gedachten, gedrag) en het beheersen hiervan (spanning verlagen, time-out nemen, stop en nee zeggen tegen jezelf...). De behandeling bestaat uit het leren en ontwikkelen van bovengenoemde vaardigheden vanuit een psychomotorisch kader. De nadruk ligt op het oefenen en ervaren, met het oog op generalisatie naar het dagelijkse leven.

Hoe lang duurt de therapie?

Deze therapie omvat acht sessies. De sessies gaan wekelijks door en duren twee uur.

Waar gaat de therapie door?

Alle sessies gaan door in ZNA Universitaire Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen:
ZNA UKJA Site Middelheim
Lindendreef 1
2020 Antwerpen

Wat is de deelnemersprijs?

Ambulante jongeren (jongeren die niet zijn opgenomen, noch in dagbehandeling komen) betalen een vast bedrag per sessie.

Begeleiding

Tine Van Damme, psychomotorisch therapeut

Hoe inschrijven?

Deelname kan pas na een intakegesprek, waarbij gekeken wordt of de groepstherapie aansluit bij de verwachtingen.
Om je aan te melden, dient je verwijzer contact op te nemen met Ellen Van Diest:
ellen.vandiest@zna.be of 03 280 49 00 (algemeen nummer).
De verwijzer blijft het aanspreekpunt voor het totaalpakket van je behandeling.



ZNA UKJA Site Middelheim

Lindendreef 1
2020 Antwerpen
03 280 49 00