

Grip

*Training voor plegers
van huiselijk geweld*



Regiovisie 2024-2031
Aanpak geweld in
afhankelijkheidsrelaties
Regio Zuid-Limburg



PLINTHOS
Grip op je toekomst



*Een samenwerking van Plinthos met de 16
Zuid-Limburgse gemeenten*

Grip training

In opdracht van de 16 Zuid-Limburgse gemeenten heeft Plinthos S-GGZ (een onderdeel van de Mutsaersstichting) een groepstraining ontwikkeld voor plegers (mannen en vrouwen, 18+) van huiselijk geweld.

Binnen de training wordt de focus gelegd op het verkrijgen van inzicht in eigen patronen en processen. Inzicht geeft overzicht en van daaruit ontstaat er uitzicht. De grip kwijt zijn op je binnenkant kan voor stress en onrust zorgen. Stress en onrust ontstaan veelal door onbewuste patronen. Door deze onbewuste patronen bewust te maken ontstaat er inzicht op je eigen binnenkant. Een bewustzijn waardoor de kans op het hebben en houden van overzicht veel groter wordt. Het overzicht op het geheel draagt bij aan het uitzicht, de toekomst.

Werkwijze

De training heeft een laagdrempelig en niet verplicht karakter. Er zijn geen kosten verbonden aan de deelname. De trainers vragen wel commitment en motivatie. De groep bestaat uit minimaal 3 deelnemers en maximaal 10 deelnemers.

De training is niet geschikt voor mensen die:

- Onvoldoende de Nederlandse taal begrijpen en spreken
- Onder invloed zijn van middelen tijdens de trainingsmomenten
- Zodanige verstandelijke beperking hebben dat de inhoud niet begrepen wordt en daardoor niet beklift
- Ernstige psychopathologie hebben

Er wordt gewerkt met een open gedeelte (sessie 1 t/m 7), (nieuwe instroom is wekelijks mogelijk) en een gesloten gedeelte (sessie 8 t/m 14) waarin instroom niet mogelijk is. Er wordt gewerkt op basis van de thema's van versterken van veerkracht, zoals zelfvertrouwen en zelfbeeld, emoties herkennen-erkennen-accepteren en reguleren, omgaan met gebeurtenissen en mensen, schuld en schaamte. Het open gedeelte kent een psycho-educatief karakter en het gesloten gedeelte is gericht op verdieping van de thema's die de eerste 7 sessies aan bod zijn gekomen.

Duur

14 bijeenkomsten (7 open en 7 gesloten) die wekelijks op donderdag van 16.00 uur tot 17.30 uur worden gehouden op locatie Maanplein 88 te Heerlen. Het trainingsaanbod wordt 3 keer per kalenderjaar aangeboden.

Aanmelden

Deelnemers worden aangemeld door verwijzers (o.a. huisarts, maatschappelijk werk, Veilig Thuis, gecertificeerde instellingen, lokale teams van de Zuid-Limburgse gemeenten, politie, Zorg en Veiligheidshuizen Zuid-Limburg, eigen initiatief deelnemer). De verwijzer/deelnemer krijgt bij inschrijving een bericht en met de deelnemer wordt contact opgenomen voordat de training start. Verder zal er geen inhoudelijke terugkoppeling volgen naar verwijzers. De deelnemer beslist of deze een terugkoppeling wenst te geven aan de verwijzer.

Aanmelding kan via: griptraining@mutsaersstichting.nl

Bij twijfel of vragen neem gerust contact op via bovenstaand e-mailadres.



Regiovisie 2024-2031
Aanpak geweld in
afhankelijkheidsrelaties
Regio Zuid-Limburg

