

Beste cursist(e),

Het **Kempisch Trainingscentre**, erkend door de Vlaamse Overheid onder nummer OC 118, heet u van harte welkom.

Hieronder vindt u een aantal antwoorden op meest gestelde vragen die vandaag nuttig kunnen zijn:

**Hoe verloopt meestal een lesdag code 95 nascholing vakbekwaamheid voor chauffeurs cat. C1, C1E, C, CE, D en D1**

1. Duur lesdag: een lesdag duurt 07u00 + 01u00 pauzes = 08u00.
2. Pauzes: Bij lessen overdag (bijv. van 8 tot 16) is in de voormiddag na zowat 02u00 les een pauze voorzien van 15 min. Omstreeks 12u is er een pauze van 00u30 min voorzien en in de namiddag omstreeks 02u00 terug een pauze van 15 min.
3. Naargelang wat vooraf afgesproken werd is er al dan niet catering voorzien tijdens de ganse dag. Dit betekent frisdranken en koffie gedurende de ganse dag en broodjes tijdens de middagpauze indien er catering werd gevraagd?
4. Het is niet toegelaten te roken in de leslokalen.
5. Het begin- en einduur van de les dient strikt gerespecteerd.

De lesmodule **MP16 Omgaan met agressie cat. C** bestaat uit 02u30 theorie en 04u30 praktijk.

Hieronder volgt een korte inhoud van deze les:

Theoretische onderwerpen:

*In welke situaties komt men als vrachtwagenchauffeur in aanraking met agressie ?*

- a. *De doelstellingen: het kunnen voorkomen van criminaliteit, kenbaar maken van mogelijke reacties in geval van agressie*
- b. *Belang van adequate en duidelijke communicatie: het belang van lichaamstaal, woorden, stemhoogte / spreker-luisteraar / wat maakt luisteren zo moeilijk / tips om communicatie te verbeteren*
- c. *Assertiviteit: het verschil tussen assertief en agressief reageren.*
- d. *Definitie en soorten agressie*
- e. *Kenmerken en oorzaken van agressief gedrag*
- f. *Fasen van agressie*
- g. *Omgaan met agressie als vrachtwagenchauffeur*

Praktische onderwerpen:

- a. *In diverse groepsgesprekken worden concrete werksituaties aangereikt en besproken a.d.h.v. theoretische modellen*
  - b. *Een in te vullen vragenlijst levert inzichten op over de persoonlijke manier van omgaan met agressie vandaag, en over bijkomende omgangsvormen die aangeleerd kunnen worden.*
  - c. *In rollenspelen worden de concrete cases gespeeld door cursisten.*
  - d. *Analyse van videobeelden in groep met ruimte voor interactie, inbreng en motivatie*
- De chauffeur leert de verworven inzichten en vaardigheden toepassen, oefent ze in zodat hij het concreet effect op zijn werksituatie kan inschatten.*

Het team van opleidingscentrum “Kempisch Trainingscentre” wenst u een heel fijne en aangename lesdag toe.



**Kempisch Trainingscentre – OC 118**  
**Atealaan 51 – 2270 Herenthout**  
**+32 14 222565**  
**+32 492 723350**  
**[info@kempischtrainingscentre.be](mailto:info@kempischtrainingscentre.be)**