

# WEER BAAR HEID COACHING



Ik ben Harold (van Heumen) en ik woon op een prachtige plek op de Hondsrug, direct aan de Staatsbossen van de gemeente Borger-Odoorn, in de provincie Drenthe. Nabij dierenpark Wildlands te Emmen en vakantiepark 'Het Land' van Bartje te Ees.

Als herstelcoach en ervaringsdeskundige geef ik individuele begeleiding, workshops en trainingen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en psychische gezondheid.

Tevens ben ik opgeleid tot paardencoach en ben ik jarenlang geschoold in zelfverdediging. Tijdens mijn loopbaan bij de Nationale Politie heb ik veel ervaring op gedaan in het omgaan met agressie en geweld.



## WEERBAARHEIDSCOACHING

Hoe gaan uw werknemers om met agressie en geweld in hun werk? Zijn zij op dergelijke situaties voorbereid en in staat de-escalerend en professioneel op te treden?

Om uw medewerkers te beschermen tegen de gevolgen van agressie en geweld heeft Mind Reset Coaching weerbaarheids-trainingen ontwikkeld in het geweldloos omgaan met geweld. Het accent van de trainingen richt zich op de vraag: 'Hoe kunnen uw medewerkers zodanig handelen dat zichzelf, hun collega's of anderen geen schade oplopen door het grensoverschrijdende gedrag van een andere persoon?'

Mind Reset Coaching leert uw medewerkers 'hoe' in deze situatie het beste te handelen. De de-escalatietrainingen bestaan uit 'leren' & 'ervaren'. Leren: Wat is agressie? Wat is de betekenis van agressie? Ervaren: Wat doet agressie met jou? Ben jij je bewust van je eigen emoties? Ben jij je bewust van je houding en non-verbale gedrag? Om uw medewerkers 'echt' te laten ervaren hoe zij op agressie reageren heeft Mind Reset Coaching 3 trainingvormen ontwikkeld, waarbij het paard in de rol van co-coach of het middel zelfbescherming of zelfverdediging wordt ingezet.

MIND RESET COACHING

HAROLD VAN HEUMEN

DE-ESCALEREN



### PAARD ALS DE-ESCALATIETRAINER

Wanneer de spanning bij de ander dreigt te escaleren, zal dit zeer waarschijnlijk ook bij uw medewerkers leiden tot toenemende gevoelens van stress, boosheid, angst. Er kan dan tijdens het contact een elkaar negatief versterkende wisselwerking ontstaan die juist verder escalerend werkt. De training leert u met behulp van paarden deze negatief versterkende wisselwerking te voorkomen.

### GEWELDLOOS OMGAAN MET AGRESSIE

In deze trainingsvorm leren uw medewerkers door het aanleren van zelfbeschermings-technieken geweldloos om te gaan met agressie. Het beheersen van deze technieken in combinatie met hun houding en gedrag creëert zeer waarschijnlijk een situatie van inkeer bij de ander.

### ARBOWET

Agressie en geweld zijn in de Arbowet opgenomen bij de psycho-sociale arbeidsbelasting. Werkgever zijn op grond van deze wet verplicht beleid te voeren dat erop gericht is deze vorm van arbeidsbelasting te voorkomen of te beperken.

### ZELFVERDEDIGING

Fysiek geweld! Helaas komt dit gedrag voor en moeten uw medewerkers zichzelf kunnen verdedigen. Uw medewerker is in deze situatie als een brandweer die de brand niet langer met water kan bestrijden.

### NOODWEER

In combinatie met het recht op zelfverdediging\* leert u in deze training door het aanleren van verdedigings- controle- en aanvalstechnieken uzelf te verdedigen. Het uitgangspunt blijft geweldloosheid. Helaas moet op het middel zelfverdediging teruggevallen kunnen worden om schade te voorkomen.<sup>1</sup>

### UW AGRESSIE BELEID INTEGREREN?

Vanwege uw verplichting beleid te voeren om agressie en geweld te voorkomen heeft u waarschijnlijk beleid ontwikkeld hoe uw medewerkers in een situatie van grensoverschrijdend gedrag dienen te handelen. Indien gewenst kan Mind Reset Coaching uw beleid in de trainingen verwerken.

<sup>1</sup> NOODWEER: ARTIKEL 41 WETBOEK VAN STRAFRECHT

## AANMELDEN

*Met uitzondering van de weerbaarheidstraining: 'het paard als de-escalatietrainer' kunnen de trainingen in overleg bij u op locatie of in Odoorn bij Mind Reset Coaching plaatsvinden. De duur van de training is afhankelijk van uw wensen en kan variëren van een dagdeel tot een meerdaagse training. Ook is het mogelijk de weerbaarheidscoaching in trajectvorm af te nemen. Aanmelden voor de weerbaarheidstrainingen kan via [info@mindresetcoaching.nl](mailto:info@mindresetcoaching.nl) of via 06 537 80 375.<sup>2</sup>*



## MIND RESET COACHING

HAROLD VAN HEUMEN

Borgerderweg 28  
7873 TD • Odoorn

MOBIEL : +31 (0)6 537 803 75

WEB : [www.mindresetcoaching.nl](http://www.mindresetcoaching.nl)

E-MAIL : [info@mindresetcoaching.nl](mailto:info@mindresetcoaching.nl)

K.V.K. : 64750760

<sup>2</sup> DEELNAME AAN DE WEERBAARHEIDS-TRAINING IS OP EIGEN RISICO.

WEERBAARHEID

NOODWEER

CONTACT