



Koi Training – Bejegening en omgaan met agressie

Docenten handleiding

- Doelgroep:** KRT en haar leden
- Programma onderdelen:** Weerbaarheid, Omgaan met agressie, assertiviteitstraining, agressie management, conflicthantering
- Doel:** Deelnemers een basis geven om:
- het ontstaan van negatief/ ongewenst gedrag bij anderen tijdig te herkennen
 - Leren omgaan met spanningsvolle situaties en minder snel spannings- en onrust gevoelens ervaren
 - Inzicht krijgen in gedragsprocessen, waaronder ook die van het eigen (onbewust en bewust gekozen) gedrag
 - Te reageren op gedrag
- Totale duur:** 7 uur (incl. 1 uur pauze)
- Doelgroep:** Personen die in hun werkgebied te maken kunnen krijgen met lastige, agressieve of intimiderende situaties
- Aantal deelnemers:** +/- 15
- Locatie:** Dit zal een trainingsruimte zijn bij van Gameren Sport of De Brinkhoeve in Poortugaal.
- Lunch:** Dit is onderdeel van de prijs en wordt door de locatie standaard geregeld. Het is uitgebreid en er wordt rekening gehouden met vegetariërs.
- Cursus prijs:** EUR 229. (KOI is vanwege CRKBO erkenning niet BTW plichtig).



Trainingsonderwerpen en samenvatting inhoud en doel van de training.

- Herkenning en bewustwording
- Inschatten van de situatie
- Oogcontact leren hanteren
- Bewust worden van eigen en andermans houding
- Aanvulling geven van verbale vaardigheden
- Aanleren van fysieke vaardigheden binnen de juridische grens van het toelaatbare
- Veilige houding aanleren in geval van angstgevoelens voor dreigende fysieke agressie
- Veilige afstand leren creëren
- Uitstraling verbeteren
- Zelfverzekerdheid vergroten
- Teambuilding

De trainingen zijn er vooral op gericht dat conflictsituaties altijd opgelost worden d.m.v. aangeleerde verbale vaardigheden. Realistische oefeningen zullen herkenning bij de deelnemers veroorzaken.

De manier van trainen gaat uit van het veranderen van het gevoel van onveiligheid bij de deelnemers. Deze verandering ontstaat veelal door het trainen van het aannemen van een bepaalde lichaamshouding en uitstraling. Dit leren de deelnemers met name door het inoefenen van fysieke vaardigheden.

Het oefenen met de fysieke vaardigheden doet deelnemers beseffen dat er nog mogelijkheden zijn in, voor hen, voorheen minder beheersbare situaties.

Gedurende de training ligt de focus op het ontwikkelen en onderhouden van de skills van medewerkers.

Er zal geen aandacht worden gegeven aan materiële zaken zoals b.v. camera's te voorkoming van agressie en geweld.

Certificering

Alle deelnemers krijgen na afloop van de training een officieel en erkend certificaat.

Benodigheden:

- Een ruimte om de training in te kunnen verzorgen.
- White board + white board marker
- Twee korte stukken touw
- Evaluatie formulieren
- Certificaten
- Diverse pennen



Les voorbereiding Koi

Sessie 1

Inhoud: Theoretisch deel + praktijk oefeningen
Duur: ong. 3 uur

09:00 – 09:15: Voorstelronde en verwachting uitspreken.
09:15 – 10:15: Wat is agressie?
10:15 – 10:45: Uitleg angst. Wat doet het met je.
10:45 – 11:00: Koffiepauze
11:00 – 11:15: Wat drijft agressie?
11:15 – 11:45: Wat te doen bij verbale agressie, vaardigheidstools
11:45 – 12:30: Fysieke oefening om verbaal agressie tegen te gaan. Grenzen aangeven, houding, stand.

12:30 – 13:15: Pauze

Sessie 2

Inhoud: Praktijk oefeningen
Duur: ong. 3 uur

13:15 – 14:00: Praktijk oefeningen stand houding fysieke agressie
14:00 – 14:30: Theorie, wat wel en niet te doen bij fysieke agressie
14:30 – 14:45: Koffiepauze
14:45 – 15:15: Oefeningen binnen juridische kaders
15:15 – 16:00: Situaties nabootsen aan de hand van vragen deelnemers
16:00 – 16:30: Evaluatie + certificaat + rondvraag.