

Schrijver: Joost Verbrugge e.a.

Coverontwerp: Joost Verbrugge

ISBN: 9789402134087

© 2015

# Verantwoord werken aan veiligheid

Een jaar online leeropbrengsten van de  
Stichting Register Docenten Gevaarsbeheersing

Joost Verbrugge

Leo Verhoeven

Susanne Verhoeven

Rob van den Biggelaar

Berendineke Steenbergen

Dominiek Huis in 't Veld

Reynhoud Kroezen

Remy Nieuwenhuizen

Arcon van Gorp

Jasper Verhoeven

Theo Dingemans

Jelle Smits







# INHOUD

	Blz.
<i>Inleiding</i>	7
<b>1 LESNIVEAU</b>	
<b>1.1 Veiligheid in de training</b>	
<b>1.1.1</b> <i>Discussie: We gaan elkaar toch geen pijn doen?</i>	11
<b>1.1.2</b> <i>Leren is niet de hoofdtaak van de hersenen</i>	13
<b>1.1.3</b> <i>Als je veilig terug kunt gaan</i>	16
<b>1.2 Methodiek en didactiek</b>	
<b>1.2.1</b> <i>Valkuilen, voor, tijdens en na een training</i>	19
<b>1.2.2</b> <i>De docent in zijn kracht</i>	22
<b>1.2.3</b> <i>Rollenspelen in psychofysieke weerbaarheidslessen</i>	25
<b>1.2.4</b> <i>Discussie: De impact van training</i>	29
<b>1.3 Lesinhoud</b>	
<b>1.3.1</b> <i>Wapen je tegen en/of met beïnvloedingstechnieken</i>	34
<b>1.3.2</b> <i>Discussie: Emoties zijn universeel</i>	38
<b>1.3.3</b> <i>Het menselijk verdedigingssysteem</i>	40
<b>1.3.4</b> <i>Weerbaarheid, gevaarsbeheersing of toch gewoon een populair modderbad?</i>	44
<b>2 ORGANISATIENIVEAU</b>	
<b>2.1 Identiteit van de organisatie</b>	
<b>2.1.1</b> <i>Wat strategie, Viktor Frankl, Covey, Darwin en weerbaarheid met elkaar gemeen hebben</i>	55
<b>2.1.2</b> <i>Aangifte doen van geweld: eigen keuze of organisatiebeleid?</i>	58
<b>2.1.3</b> <i>De schade van agressie beperken: over trauma en traumaverwerking</i>	62
<b>2.2 Middelen</b>	
<b>2.2.1</b> <i>De-escalerend optreden via sociale media</i>	66
<b>2.2.2</b> <i>Een duivels dilemma</i>	72

<b>3</b>	<b>BESCHOUWEND NIVEAU</b>	
<b>3.1</b>	<b>Informatie om rekening mee te houden</b>	
<b>3.1.1</b>	<i>Met weerbaarheid betere gevaarsbeheersing: de rol van weerbaarheid in gevaarsbeheersing</i>	79
<b>3.1.2</b>	<i>Discussie: Huiselijk geweld</i>	82
<b>3.1.3</b>	<i>Discussie: Wet BOPZ &amp; Wet op de nieuwe jeugdzorg</i>	85
<b>3.2</b>	<b>Terug naar de oorsprong</b>	
<b>3.2.1</b>	<i>De bedoeling: belangrijker dan de regels</i>	92
<b>3.2.2</b>	<i>Discussie: Zijn we niet gewoon (te) bang gemaakt?</i>	96
<b>3.2.3</b>	<i>Discussie: Waarnemen en perceptie</i>	98
<b>3.3</b>	<b>Tips voor de docent</b>	
<b>3.3.1</b>	<i>Discussie: Wel of niet verzekeren</i>	102
<b>3.3.2</b>	<i>Discussie: Netwerken</i>	104
<b>3.3.3</b>	<i>Discussie: Zakelijk gebruik van internet</i>	107
<b>3.3.4</b>	<i>Discussie: Filmpjes</i>	112
<b>3.3.5</b>	<i>Discussie: Oefenboeien</i>	115
<b>3.3.6</b>	<i>Discussie: Zinvolle afkortingen binnen communicatie</i>	116
<b>3.3.7</b>	<i>Naslagwerk</i>	117
	<b>Auteurs</b>	124



*Als opleidingskundige werk ik met veel plezier samen met de enthousiaste mensen van Stichting Register Docent Gevaarsbeheersing (SRDG). Docenten gevaarsbeheersing leren aan anderen hoe om te gaan met agressie, naast het weerbaar maken van anderen in agressieve situaties. De stichting is alleen toegankelijk voor gecertificeerde opleiders. Zowel het bestuur als de leden bruisen van energie en zijn altijd op zoek naar nieuwe leermogelijkheden.*

*SRDG is een keurmerk en staat garant voor de ontwikkeling van haar leden. Sinds anderhalf jaar zijn de ontwikkelingsmogelijkheden (online) uitgebreid met een open LinkedIn groep 'docent gevaarsbeheersing/weerbaarheid' en het blog 'Diversiteit van gevaarsbeheersing onder de loep' te lanceren. <sup>1</sup>  *

*Hiermee kiest SRDG niet alleen voor professionalisering van de eigen leden, maar biedt zij iedereen deze kans die interesse heeft op dit vlak. Deze online mogelijkheden draagt bij aan professionalisering door docenten nieuwe inzichten te geven, hen te informeren over onderdelen van het vakgebied of door zichzelf te verdiepen en mee te publiceren. Kom gerust ook eens kijken of liever nog meepraten in de LinkedIn groep '/weerbaarheid'.*

*Het blog en de LinkedIn groep hebben op deze manier leermogelijkheden op diverse niveaus. De gepubliceerde blogs laten hetzelfde karakter zien; er wordt over diverse niveaus van gevaarsbeheersing geschreven. Vanuit de doelgroep, docenten gevaarsbeheersing kijkend, onderscheid ik drie niveaus:*

- *Lesniveau;*
- *Organisatieniveau;*
- *Beschouwend niveau;*

*Wij zijn trots op de behaalde leerresultaten en het enthousiasme waarmee de docenten hebben bijgedragen aan de ontwikkeling van collega's en zichzelf.*

---

<sup>1</sup> [https://www.linkedin.com/groups?home=&gid=5098808&trk=my\\_groups-tile-grp](https://www.linkedin.com/groups?home=&gid=5098808&trk=my_groups-tile-grp)

<sup>2</sup> <http://www.gevaarsbeheersing.blogspot.nl/>

*Door de vele blogs en enkele LinkedIn discussies als boek uit te geven, hopen wij ook anderen te interesseren voor de onderwerpen gevaarsbeheersing en weerbaarheid.*

*Ieder hoofdstuk in dit boek geeft de scheiding van een niveau aan, al is deze scheiding niet altijd even duidelijk zichtbaar. We beginnen met het lesniveau en eindigen met het beschouwende niveau.*

*De hoofdstukken zijn opgebouwd uit blogs en relevante, aansluitende LinkedIn discussies. Juist de combinatie van de blogs en de LinkedIn discussies maken het boek naar mijn mening interessant.*

*Dit boek probeert niet een compleet beeld te geven op zowel inhoud als hoofdstuktitels. Het geeft wel een (deel)overzicht van de onderwerpen die in het blog en in LinkedIn discussies aan bod zijn gekomen. Hierdoor zijn deze niet minder waardevol/leerzaam.*

*Ik wens je veel leesplezier en hoop je online (weer) eens tegen te komen.*

Joost Verbrugge



# Lesniveau



Docenten hebben nogal wat afwegingen te maken, voordat ze een goede training kunnen verzorgen. Daarom is dit ook een geliefd onderwerp om over te schrijven, discussiëren of om informatie over uit te wisselen.

In dit hoofdstuk komen onder andere psychologie, methodiek, didactiek, trainingsvormen en gedragingen voorbij. Door de variatie in onderwerpen, meningen en suggesties wordt de docent aan het denken gezet over zijn vakgebied.

### **1.1 Veiligheid in de training**

1.1.1 *Discussie: We gaan elkaar toch geen pijn doen?*

1.1.2 *Leren is niet de hoofdtak van de hersenen*

1.1.3 *Als je veilig terug kunt gaan*

### **1.2 Methodiek en didactiek**

1.2.1 *Valkuilen, voor, tijdens en na een training*

1.2.2 *De docent in zijn kracht*

1.2.3 *Rollenspelen in psychofysieke weerbaarheidslessen*

1.2.4 *Discussie: De impact van training*

### **1.3 Lesinhoud**

1.3.1 *Wapen je tegen en/of met beïnvloedingstechnieken*

1.3.2 *Discussie: Emoties zijn universeel*

1.3.3 *Het menselijk verdedigingssysteem*

1.3.4 *Weerbaarheid, gevaarsbeheersing of toch gewoon een populair modderbad?*

## 1.1

## VEILIGHEID IN DE TRAINING

### 1.1.1

### WE GAAN ELKAAR TOCH GEEN PIJN DOEN?

---

#### LINKEDIN DISCUSSIE



*Tijdens mijn trainingen gevaarsbeheersing word ik regelmatig geconfronteerd met mannen en vrouwen die er moeite mee hebben om een ander pijn te doen. Volgens de cursisten lijkt het oefenen vaak op het opzettelijk pijn doen van een collega of klasgenoot tijdens de training. Uiteraard is dit niet het geval. Met zo realistisch mogelijke oefensituaties wordt een praktijk nagebootst. Met als doel om het geleerde in de praktijk te kunnen toepassen mocht die hierom vragen. Deze op zich goede eigenschap van cursisten is echter onhandig binnen dit vakgebied en het werk dat deze mensen later uit gaan voeren. De omslag naar beroepsmatig trainen is dan nog niet volledig gemaakt. Na zoveel jaren zelf in de vechtsport te hebben getraind, wil ik wel eens vergeten dat dit inderdaad voor sommigen moeilijk kan zijn.*

#### **Hoe zou jij deze mensen begeleiden/coachen totdat dit wel lukt?**



*Een manier die ik weleens gebruik is om reeds bij de eerste bijeenkomst hier afspraken over te maken. Soms voeg ik het ook in een introductie "praatje" rondom afspraken over veiligheid in de groep.*


*Afhankelijk van de doelgroep of samenstelling van de groep laat ik hen ook weleens nadenken al dan niet in een oefening hoe m.b.t. veiligheid hier samen vorm aan te geven.*




*Mijn antwoord is stapsgewijze stress inoculatie...steeds meer gewend raken aan contact. Waar ik zelf tegen aanloop heeft hier ook mee te maken: als je nooit ervaart wat heftig fysiek (maar uiteraard alle vormen van geweld en agressie) geweld is ben ik bang dat als het je wel overkomt je er niet op voorbereid bent. In het verleden gaf ik wel eens realistische zelfverdediging workshops aan vechtsporters. Alleen al het feit dat ik in de rollenspellen grof verbaal geweld en intimidatie gebruikte was al genoeg voor de meesten om er mee te stoppen.*


*Helaas is agressie en intimidatie op straat vele keren heftiger en veelal ook nog eens 'onverwacht'. Hoe bereidt je mensen voor op fysiek gewelddadige confrontaties zonder ze er (gedoseerd) ervaring mee te laten op doen? Idem dito mijn ervaring met Budoka die gaan kickboksen. Het gaat allemaal goed totdat ze de eerste harde stoot op hun neus hebben gehad. Mike Tyson zegt daarover: iedereen heeft een plan totdat ze een stoot in hun gezicht krijgen.*

*Ik zorg ervoor dat mijn cursisten die klap tijdens de training ervaren in een relatief veilige situatie. Dan hebben ze die ervaring al in de rugzak!*

 *Ik ervaar exact hetzelfde en merk dat bij vele verbale agressie de cursisten al een behoorlijke tunnel visie krijgen. Door ze hier in opnames mee te confronteren geef ik ze inzicht in de nadelen (tijdens deze verbale agressie haal ik een groot mes te voorschijn, geef hem over van de ene naar de andere hand en stop hem weer weg).*

*Na de confrontatie laat ik dit element vaker tijdens de trainingen terug komen. Hierdoor gaat men beter observeren.*

 *Pas op dat je geen beslissingen gaat nemen voor de deelnemers, omdat je als trainer vindt dat ze moeten worden voorbereid op agressie c.q. geweld en daarom aan een bepaalde vorm moeten worden bloot gesteld. De cursisten geven hun grenzen aan en daar ga je dus niet over heen, omdat het mogelijk de eerste keer is dat ze een grens aangeven in zulke situaties. Hoogstwaarschijnlijk hebben ze wel leermomenten gehad (stappen gemaakt) en daarmee ben je dus als trainer zeer tevreden. Als de deelnemers slechter uit de training komen dan er in gaan, dan hadden ze beter niet aan de training kunnen deelnemen.*

 *In de trainingen die ik geef aan (jeugd)zorgprofessionals loop ik hier ook regelmatig tegen aan. Als cliënten fysiek begrenst moeten worden omdat de veiligheid in het geding is, zie ik dat deze professionals hier moeite mee hebben. Ze willen de cliënt geen pijn doen.*

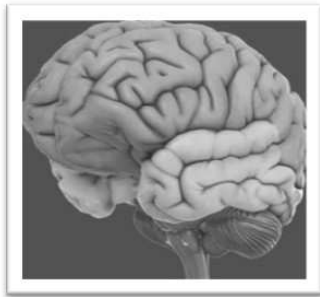
*Wat inderdaad helpt is om stapsgewijs de stresslevels op te voeren. Ik instrueer de 'cliënt' (ook een deelnemer) telkens tot hoever hij of zij mag gaan in het fysieke verzet (30%, 40%, 50%, enz.), en corrigeer hen ook daarop gedurende de oefening.*

*Dit heeft als bijkomend effect dat de deelnemers (omdat ze bij toerbeurt cliënt spelen) ook zelf ervaren dat de procedure die wij toepassen werkt en volledig pijnloos is. En dat ze zichzelf kunnen herstellen als het even niet goed gaat. Dit werkt drempelverlagend. Als eindoefening speelt ten slotte één van de instructeurs cliënt in een scenario waarbij de verbale weerstand 100% is en de fysieke weerstand tussen de 80 en 90%. De ervaring leert dat deze opbouw er toe leidt dat deelnemers na afloop (de basistraining duurt 1 dag) vertrouwen hebben gekregen in de procedure en in hun capaciteiten om een heftige escalatie tot een goed einde te brengen, zonder dat ze de cliënt daarvoor fysiek pijn hoeven te doen of beschadigen.*

## 1.1.2 LEREN IS NIET DE HOOFDTAAK VAN DE HERSENEN

---

Susanne Verhoeven



*Allereerst moeten we een misverstand uit de weg helpen: veel goedbedoelde docenten denken dat de hersenen van hun deelnemers geïnteresseerd zijn in leren. Dat klopt niet helemaal. De hersenen zijn in eerste instantie niet geïnteresseerd in leren op zich. De hersenen zijn eerst geïnteresseerd in overleven. Elk vermogen in onze intellectuele eigenschappen zijn ontworpen om aan de vernietiging te*

*ontsnappen. Leren bestaat alleen om aan de vereisten van dit primaire doel te voldoen.*

Het is een gelukkig toeval dat ons intellect een dubbele taak kan uitvoeren in het klaslokaal, wat ons vermogen oplevert om theorie (de confrontatieregels, de-escalerende gesprekstechnieken of weerbaarheids-technieken) op te pikken. Maar het is niet de hoofdtak van de hersenen. Het is een bijproduct van een veel diepere kracht: de intense wens om te overleven tot de volgende dag. We overleven niet om te kunnen leren. We leren om te overleven.

Dit overkoepelende doel voorspelt veel zaken en het volgende is daarvan het meest belangrijk: als je een goed opgeleide deelnemer wilt hebben, moet je een veilige leeromgeving weten te creëren. **Als de veiligheidseisen van hersenen vervuld zijn, zal het zijn neuronen toestaan om bij te klussen tijdens onze omgaan met agressie of weerbaarheidstraining.**

Een eenvoudig voorbeeld van fixatie van de hersenen op veiligheid is te zien tijdens een overval. Het heet wapenfixatie. Slachtoffers van een overval lijden vaak aan geheugenverlies of verwarring; ze kunnen zich over het algemeen geen gelaatstrekken van de overvaller herinneren. Maar ze kunnen het wapen perfect omschrijven.

Waarom herinneren we ons het vuurwapen van de overvaller wel, wat de politie niet altijd verder helpt, maar niet het gezicht van de overtreder, wat dat bijna altijd wel doet? Uit het antwoord blijkt de bekende prioriteit van de hersenen: veiligheid.

**“We overleven niet om te kunnen leren. We leren om te overleven.”**