

Henrik Wallin

☎ 0708 – 40 41 47

✉ henrik.wallin@forcestudio.se

🌐 www.henrikwallin.info

🌐 [Linkedin.com/in/henrikwallincoach](https://www.linkedin.com/in/henrikwallincoach)

”Henrik är duktig på att se helheten, utan att förlora fokus på detaljerna.”

Målsättning

Vara del i team som framgångsrikt utvecklar effektiva, lönsamma och hälsofrämjande arbetsplatser.

Kompetenser

- Jag är en expert på att aktivt lyssna på ett närvarande sätt, så att insatsen löser rätt problem.
- Jag drivs av de utmaningar som finns i förändring, vilket speglas i alla mina val av jobb.
- En av mina framgångsfaktorer är min styrka i att lätt och snabbt kunna se samband och skillnader på olika nivåer (ex. organisations-, grupp- och individnivå.)

Arbetslivserfarenhet

2002 – pågående

Coach, föreläsare / Forcestudio, Danderyd

(psykologisk trygghet/ skifta mellan perspektiv/ organisationsutveckling)

Tränar ledare och medarbetare att hantera sin arbetsroll (och sitt personalansvar) utifrån ett förebyggande och hälsofrämjande perspektiv. Ibland handlar det om att arbeta effektivare i de ledningssystem som finns, ibland om att förbättra självledarskapet. Jag coachar ledare i att utvecklas i sin profession, bland annat med mental styrketräning. Föreläser om ledarskap och hälsa på mässor och företag.

2020 – 2023

Socialpedagog / Mellansjö Skola, Täby

(organisationsutveckling/ utbildning/ coachande förhållningssätt)

Mitt största ansvarsområde var skolans trygghetsarbete utifrån de nya bestämmelserna i skollagen med ökat fokus på hälsofrämjande och förebyggande. Jag var ansvarig över skolskjutsen och för fritidsverksamheten. I mitt uppdrag stöttade jag elever med NPF diagnos att utvecklas socialt och kunskapsmässigt. Jag coachade personal i deras utmaningar i den sociala arbetsmiljön, utifrån ett ”hela skolan” – tänk. I trygghetsteamet och elevhälsan samarbetade jag med övriga funktioner för ökad trygghet och studiero.

2018 – 2020

Hälsopedagog / Källängens skola, Lidingö

(organisationsutveckling/ coachande förhållningssätt)

Mitt uppdrag var att starta upp och ansvara för en rastverksamhet på skolan för att öka elevernas fysiska aktivitet. Jag valde att samarbeta med idrottslärarna och andra lärare att öka fysisk rörelse under skoldagen. Jag var även länk mellan fritids- och skolverksamhet. Jag blev vald att arbeta i skolans trygghetsteam, eftersom jag är duktig på att uppmärksamma och hantera mobbning och kränkande behandling.

2004 – 2016

Personlig tränare / Sturebadet, Stockholm

(Självledarskap/ coachande förhållningssätt)

Jag vägledde, instruerade och motiverade individer till en friskare och mer hållbar livsstil. Jag hade även föreläsningar och kurser i stresshantering och livsstilsförändring.

Med kunskap inom MI och coaching kunde jag vara aktivt närvarande, vilket gjorde det lätt att kommunicera med klienterna på deras nivå. Jag samarbetade också ofta med andra professioner (kiropraktorer, dietister etc) för att få en helhetsförståelse.

1992 – 2000

Kundserviceutvecklare och ISO-ansvarig / Oscar Dellert AB, Stockholm

(Organisationsutveckling/ ledarskap/ kvalitetssäkring)

Här fick jag ansvaret att starta upp och driva en kundserviceavdelning. Jag var även ISO-ansvarig och senare också förbättrings- och utbildningsansvarig för nytt IT-system internationellt.

Utbildning

2007 – pågående (D-uppsats kvar)

Fil. Mag. ledarskap och organisationsutveckling / Mälardalens högskola, Eskilstuna

Några av de områden som jag har fördjupat mig i är gruppsykologi, teamets utveckling, organisationens olika ledarskapsperspektiv och kommunikationsnivåer i ledarskapet.

2001 - 2004

Fil. Kand. Hälsa och idrottsvetenskap / GIH, Stockholm

Några områden jag har fördjupat mig i är idrottspsykologi, mental träning, pedagogiskt ledarskap. Jag var även klätteransvarig och ingick i studentkåren under min tid som studerande.

2023

Lågaffektivt bemötande / Lära, Stockholm

Att hantera situationer och bemöta individer med svårigheter utifrån sin NPF diagnos.

2007

Coaching ICF / Leapfrog AB, Stockholm

Coachande förhållningssätt, samtalsmetodik, etik i personliga samtal mm.

2003

Stresshanteringskonsult / Stressmottagningen, KI Solna

KBT, stressreducering, situationsanalys mm.

Aktiviteter

2016 – pågående

Ideellt arbete / Mentor Sverige och WakeMeUp

Jag anser att vår framtid bestäms av våra barns hälsa och välmående. En av mina missioner i livet är att hjälpa barn och unga till ett stort självförtroende och en stark självkänsla.