

Informatie voor startende trainers

Heb je nog weinig ervaring als trainer en wil je toch deelnemen aan de vakopleiding? Dat is geen problemen. Ook als je weinig 'vlieguren' hebt, kun je de vakopleiding train de trainer heel goed volgen en afsluiten op niveau. Het is wel belangrijk dat je goed gemotiveerd bent en dat je gelegenheid hebt of maakt om de dingen toe te passen die je leert tijdens de opleiding.

Motivatie

Als je net begint als trainer en wilt meedoen aan de vakopleiding is het belangrijk dat je voor het vak gaat. Je weet wat het inhoudt, je wilt je er intensief in verdiepen en je wilt er goed in worden. Weet je nog niet helemaal zeker of trainen jouw 'ding' is? Stel jezelf dan eens de volgende vragen.

- Hoe vind je het om trainingen te volgen? Geniet je van feedback geven aan anderen en discussies voeren met de groep? Ben je af en toe jaloers op mensen met een baan als trainer?
- Heb je ervaring met presentaties of het voorzitten van vergaderingen? Vind je dat leuk om te doen?
- Ben je bereid om je grondig voor te bereiden voor trainingen? Snap je dat die soepel lopende training het topje van de ijsberg is?

Heb je alle vragen beantwoord met 'ja'? Dan is de kans groot dat trainen je lust en je leven wordt. Moest je bij één of meerdere vragen nog wat twijfelen? Ga dan eens praten met een bevriende trainer en probeer te ontdekken of het vak je ligt.

Toepassen

Je bereikt het beste resultaat tijdens de vakopleiding als je het geleerde meteen kunt toepassen. Leren is niet alleen lezen en ontdekken; het is vooral oefenen, vlieguren maken, routine opbouwen. Daarom heb je na elke bijeenkomst minstens twee dagdelen praktijk nodig om het geleerde toe te passen. Dat is geen probleem als je al werkt als trainer. Maar als trainen nog niet je baan is, zul je de toepassing op een andere manier moeten regelen. Goede manieren zijn stage lopen bij andere trainers of je eigen oefengroepen regelen.

1. Stage lopen

Kijk eens of je kunt meelopen met een andere trainer. Van kijken naar anderen leer je veel. Het mooiste is als je na verloop van tijd ook zelf stukjes mag trainen. Bijvoorbeeld een subgroep begeleiden bij een rollenspel, een klein stukje theorie uitleggen.

Zoek naar trainingsbureaus of afdelingen binnen organisaties waar je inhoudelijk al feeling mee hebt. Heb je bijvoorbeeld bij een bank gewerkt? Zoek dan bureaus die veel binnen banken trainen. Dan is de doelgroep bekend. Heb je managementervaring? Zoek dan een plek waar ze managementtrainingen geven; dan heb je de inhoud mee.

Zoek in eerste instantie in je eigen netwerk. Je vraagt mensen een grote gunst als je een tijdje met ze wil meelopen. Begin daarom dichtbij: als je mensen al kent, zeggen ze eerder ja. Bekijk ook of je iets terug te geven hebt waarvan zij kunnen profiteren.

2. Je eigen trainingsgroep regelen

Je kunt ook zelf deelnemers 'ronselen'. Na de eerste bijeenkomst kun je mensen al trainen in assertiviteit. Met vier mensen kun je al in je huiskamer aan het werk. Hoe vaker je hetzelfde programma kunt trainen, hoe fijner het is. Regel acht mensen en je kunt al twee keer een dagdeel trainen. Wie weet willen ze meer. Dat kan, want naarmate je verder komt in de vakopleiding leer je meer onderwerpen kennen. Zo kun je regelen dat je tussen elke module door twee keer een dagdeel mensen traint. Hieronder zie je in welke onderwerpen je kunt trainen na elke module.

- Na module 1: assertiviteit en feedback geven.
- Na module 2: omgaan met weerstand, bijvoorbeeld voor verkopers, leidinggevenden, medewerkers. Jij zegt iets en de ander gaat ja-maren: hoe ga je daarmee om?
- Na module 3: geen nieuwe onderwerpen, wel nieuwe werkvormen! Het is handig om dezelfde onderwerpen nog een keer aan een andere groep te geven en dan te oefenen met confronterend starten of werken met een stelling.
- Na module 4: je zelf ontwikkelde training plus drie tot vijf andere onderwerpen van de andere trainers uit je subgroep.
- Na module 5: geen nieuwe onderwerpen, wel meer vaardigheden rond improviseren.
- Na module 6: omgaan met buitenbeentjes/zwarte schapen. Geschikt voor iedereen: op het werk zijn altijd zwarte schapen, in de familie ook.
- Na module 7: rationele effectiviteitstraining.