

Opleiding Trainersvaardigheden Visiom

Beschrijving en programma

Een groep trainen vraagt andere vaardigheden dan een individuele persoon coachen. Bij een groep is het nodig om een programma te ontwerpen voor het leerproces dat je samen ingaat. Je houdt rekening met de effecten én de mogelijkheden van het werken in een groep, brengt afwisseling aan en zorgt dat je het doel bereikt dat je met je deelnemers of je opdrachtgever hebt vastgelegd.

Speciaal voor professionals die groepen (willen) trainen op het gebied van leefstijl en/of Positieve Gezondheid, komt Visiom met een opleiding trainersvaardigheden van 5 dagen. Na afloop ben je gesterkt in je didactische vermogens, het werken met groepsprocessen, positief beïnvloeden van verandervermogen in de groep, afwisseling en dynamiek aanbrengen en het ontwikkelen van je persoonlijke stijl als trainer.

Alle inhoud wordt toegepast op het werkterrein Positieve Gezondheid, gezondheid, welzijn, vitaliteit en leefstijl. Medecursisten werken ook in dit veld. Zo ontstaat er meer diepgang en uitwisseling.

Wat levert de training je op?

Na afloop ben je in staat:

- Een veilige leeromgeving te creëren
- Een stimulerende leeromgeving te bieden door de inzet van passende werkvormen gericht op het ontwikkel pad van je deelnemers;
- Een sfeer van samenwerking met deelnemers te realiseren;
- Een training te ontwikkelen die aansluit bij de resultaatdoelen van de opdrachtgever, afgestemd op de leerwensen en behoeften van deelnemers;
- Groepsprocessen te begeleiden;
- Rapport te maken, aan te sluiten bij de deelnemers;
- Je inzicht over intra- en intermenselijke communicatieprocessen te gebruiken om de effectiviteit van de training te waarborgen;
- De kwaliteiten te benoemen die je inzet als trainer;
- Om te gaan met je valkuilen als trainer (zoals je omgang met weerstand);
- Je motivatie over en visie op werken met groepen onder woorden te brengen;
- Te benoemen wat je met de/een groep wilt bereiken op inhouds-, relatie- en procesniveau;
- Een trainingsprogramma te ontwerpen afgestemd op diverse leerstijlen van deelnemers, met een variatie in didactische werkvormen en met inzet van passende onderwijsmiddelen;
- Om te gaan met het element tijd en aanpassingen van het programma aan te brengen als dit nodig is (in afstemming met de groep);
- Je kennis en inzicht in groepsprocessen positief te gebruiken t.b.v. de sfeer en de resultaten van de training;
- Zowel een vorm als een inhoud voor een evaluatie te kiezen waarmee je relevante informatie ophaalt om je training aan te scherpen.

Meer informatie, data en aanmelding

Voor actuele informatie, cursusdata en aanmelding kun je terecht op de [website van Visiom](#).

Programma

Leerlijn A: **Jijzelf als trainer - persoonlijke stijl en ontwikkeling > dag 1**

Leerlijn B: **Trainen in de praktijk - training ontwerpen > dagdeel 2 en 3**

Leerlijn C: **De ander trainen - co-creatie met deelnemers > dagdeel 4 en 5**

Noot: Bij de trainingsdagen zijn geen exacte tijden aangegeven, omdat organisch wordt gewerkt op basis van de ontwikkeling en behoeften van de deelnemers.

Dag 1

Ochtend:

- Introductie van de training, doelstelling en opzet
- Kennismaking
- Toelichting op leerlijn A: Jijzelf bent je belangrijkste instrument
- Persoonlijk startprofiel: Waar sta ik nu als trainer? Wat wil ik leren?
- Drijfveren en intenties m.b.t. werken met groepen
- Plenaire verkenning en oefeningen

Middag:

- Persoonlijke kwaliteiten: Wat breng ik mee als mens en professional?
- Leiderschap in de rol van trainer: leiden & volgen
- Visie op trainerschap
- Onderzoek naar verschillen regie houden of delen met de groep
- Opdrachten voor tussenliggende weken
- Evaluatie van 1e trainingsdag

Dag 2

Ochtend:

- Terugkoppeling van opdrachten tussenliggende weken
- Toelichting op leerlijn B: In groepjes werken aan één trainingsontwerp (rode draad)
- Rol van de opdrachtgever
- Ontwerpen trainingsprogramma
- Weet wie je deelnemers zijn
- Kaders & voorwaarden
- Leerresultaten bepalen

Middag:

- Ontwerpen grote lijn: koppelen onderwerpen aan leerresultaten
- Leerstijlen
- Uitwisseling ontwerpen
- Opdrachten voor tussenliggende weken
- Evaluatie van 2e trainingsdag

Dag 3

Ochtend:

- Terugkoppeling van opdrachten tussenliggende weken
- Delen van successen
- Didactische werkvormen
- In ontwerpgroepjes: trainingsontwerp invullen met werkvormen
- Demonstratie van oefening
- Tijd over of tijdtekort: wat doe je?

Middag:

- Onderwijsmiddelen
- Ontwerpgroepjes: onderwijsmiddelen kiezen
- Evalueren: wat, wanneer, waarom?
- Reflecteren met je groep
- Leerprocessen begeleiden
- Borging van leerwinsten in praktijk
- Opdrachten voor tussenliggende weken
- Evaluatie van 3e trainingsdag

Dag 4

Ochtend:

- Terugkoppeling van opdrachten tussenliggende weken
- Toelichting op leerlijn C: Een training maak je samen met je deelnemers
- Ontwerpgroepjes aan de slag
- Oefening: werkvorm uit trainingsontwerp uitvoeren met de groep
- Aanscherpen van ontwerp

Middag:

- Rapport: theorie en oefening
- Communicatiemodel & feedback
- Opdrachten voor tussenliggende weken
- Evaluatie van 4de trainingsdag

Dag 5

Ochtend:

- Terugkoppeling van opdrachten tussenliggende weken
- Groepsprocessen en groepsdynamica
- Ophalen van eigen positieve en negatieve ervaringen
- Betekenis hiervan voor jouw manier van trainen
- Weerstand: vormen van weerstand en wat ervaar jij als weerstand?

Middag:

- Weerstand (vervolg): casuïstiek
- Reflectie op trainingsontwerpen
- Reflectie op 'jezelf als trainer'
- Afronding van de training
- Terugblik op de opzet en onderdelen
- Evaluatie van proces van leren & samenwerken

Literatuur

Bij de training ontvang je een digitale theoriebundel met achtergrondinformatie over training geven en werken met groepen. Er hoeven geen boeken te worden aangeschaft.