

Aan welke kwaliteiten moet een goede trainer voldoen?

We krijgen er waarschijnlijk allemaal wel eens mee te maken: situaties waarbij we echt even hulp nodig hebben van een coach of trainer, omdat het zelf niet meer weten. Dit is heel normaal en niks om je voor te schamen. Een trainer is er juist voor opgeleid om jou te steunen en te helpen in het proces. Een baan als coach of trainer is daarom ook erg waardevol. Maar over welke kwaliteiten moet je beschikken als je een baan zoekt binnen de coaching of training? Wij vertellen het je graag!

Objectief

Wanneer je een goede trainer bent, blijf je ten alle tijden objectief. Hoe lastig dit soms ook kan zijn. Het is namelijk niet meer dan logisch dat je gedurende het coachingstraject een band gaat opbouwen met de deelnemer en wellicht ook wel met hen mee gaat leven. Toch zul je dit moeten zien voorkomen. Als je te betrokken raakt bij de persoonlijke situatie van de deelnemer, kun je geen objectief advies meer geven. Blijf daarom altijd rustig, kalm en probeer jezelf als persoon niet te betrekken bij de situatie. Geef hiernaast ook nooit een oordeel, maar luister goed naar de deelnemer en blijf neutraal. Dit zul je ook leren tijdens de [trainersopleiding](#).

Goed communiceren

Communicatie is erg belangrijk als het gaat om trainingen. Als trainer ben je verantwoordelijk dat jouw communicatie een doel bereikt. Daarom zul je je bewust moeten zijn van je verbale én non-verbale communicatie. Neem bijvoorbeeld een open houding aan en probeer oprecht te luisteren naar de deelnemer. Vaak merk je tijdens een gesprek zelf wel op wat voor een manier de deelnemer communiceert, probeer dit gedrag ook te spiegelen. Zo zal de deelnemer zich op zijn of haar gemak voelen bij je, wat het gesprek al veel makkelijker maakt.

Blijven ontwikkelen

Eigenlijk raak je nooit helemaal uitgeleerd. Ook op het gebied van coaching en training blijven er nieuwe ontwikkelingen bijkomen en kunnen we onszelf steeds meer dingen bijleren. Zo zijn er verschillende manieren van coachen die allemaal werken, maar waarvan één manier het beste bij jou past. Zoek hiernaast naar inspirerend lesmateriaal en manieren om zelf als trainer ook te blijven groeien. Dit kun je doen door bijvoorbeeld elke maand een werkboek te lezen of ga eens in de zoveel tijd naar een lezing of een cursus over een interessant onderwerp uit jouw vakgebied. Als je zelf voldoende kennis hebt, straal je dit ook uit en kun je een goed voorbeeld zijn voor de deelnemers.