



1 Voorafgaand

Praktisch: Zorg ervoor dat de apparatuur werkt en er voldoende stoelen staan. Zorg voor koffie en thee en iets lekkers, en spreek af wanneer je pauze houdt.

aan de training 2

Stel jezelf voor. Geef een heldere inleiding, benoem dat de training SuperCoaches zo gaat starten en benoem dat jouw rol begeleidend is.

Tijdens de training 3

Voorleven: iedereen is gelijkwaardig, er is geen goed of fout. Het is tof dat de deelnemers de verantwoordelijkheid nemen om deze training te volgen, dat mag je ze zeker laten voelen.

4

Zorg dat je altijd de regie blijft houden, met minimale sturing van het proces. De inhoud zit al in de hybride tool en die hoef jij alleen maar te volgen. Met andere woorden: doe precies voldoende en niet meer. Houd je eigen normen, waarden en opvattingen zoveel mogelijk voor je. Jij bent er om de groep het podium te geven.

5

Holding bieden: Houd het gesprek gefocust door het doel voor ogen te houden en vast te houden aan de tool. Durf ook te kaderen als het gesprek afdwaalt door terug te pakken op de tool, het tijds kader kan hierin ondersteunend zijn.

6

Kijk en luister bewust. Wees aandachtig en alert. Neem het gesprek van de groep niet voor kennisgeving aan, maar wees je bewust van wat ze écht zeggen, en van wat er 'niet' gezegd wordt. Dan ga je vanzelf op de juiste momenten 'inhaken'.

7

Om de aandacht te verdelen kan je een 'rondje' maken (men antwoordt om beurten iets op dezelfde vraag). Dit is handig om te zorgen dat iedereen wat zegt. Maar een rondje kan ook vertragend werken en saai zijn. Durf te variëren met een 'willekeurig' rondje. Jij houdt in de gaten dat iedereen aan bod komt, maar de volgorde ontstaat spontaan. Stuur goed op wat de eerste spreker zegt en hoe lang; zij zet de toon. Een start van 5 minuten leidt in een groep van 12 mensen tot een 'rondje' van een uur.

8

Je bent de **rem en het gaspedaal** van de discussie in de groep. Reguleer de bijdragen van de deelnemers: rem veelpraters eventueel af en nodig wat stillere deelnemers uit. Rem: Als er te veel en chaotische discussie is, kun je samenvatten of gesloten vragen stellen. Gaspedaal: Als er te weinig discussie is, stel dan open of prikkelende vragen. Durf stiltes te laten vallen. Bedenk dat mensen na een (spannende) vraag een paar seconden nodig hebben om na te denken.

9

Mocht het niet lukken en het gesprek verzandt, escaleert of heen en weer stuitert, dan kun je dat benoemen en met elkaar bespreekbaar maken. Je kan dan altijd terugpakken op de vraag of juist kiezen om door te gaan.

10 Heb plezier!