

1-OP-1 TRAINING / COACHING

méér effectiviteit door méér diepgang

Inleiding

Om mensen blijvend te ontwikkelen is het noodzakelijk systematisch te investeren in training en opleiding. Niet alle competenties en vaardigheden kunnen echter effectief in groepstrainingen worden aangeleerd. Soms werkt 1-op-1 sneller en effectiever.

De door Rood Consult ontwikkelde 1-op-1 training voorziet in deze behoefte. De individuele leersituatie van de cliënt staat centraal. In overleg met de trainer/coach worden de persoonlijke leerdoelen vastgesteld en wordt de cliënt begeleid naar het gewenste doel.

In deze aanpak kunnen uiteenlopende onderwerpen aan de orde komen waaronder: communicatieverbetering, effectiever leidinggeven, beter samenwerken, beter presteren en/of persoonlijke groei in het algemeen. De 1-op-1 training kan ook effectief worden ingezet bij omgaan met spanningen, conflicten, werkdruk en preventief: bijvoorbeeld bij (aankomende) burn-out verschijnselen. Het resultaat is dat de cliënt meer inzicht krijgt in de eigen persoonlijkheid en op welke wijze deze beter ingezet kan worden bij het dagelijks functioneren en het bereiken van persoonlijke doelen en organisatiedoelen.

Aanpak

Kennismakingsgesprek

Voor het bereiken van resultaten is een goede vertrouwensbasis tussen de cliënt en de trainer/coach van groot belang. Daarom starten wij de 1-op-1 training altijd met een kennismakingsgesprek. Tijdens dit gesprek kan de cliënt meer zicht krijgen op de achtergrond en werkwijze van de trainer/coach en kan meer zicht worden verkregen op de probleemstelling. Zo mogelijk worden reeds in het kennismakingsgesprek de te bereiken leerdoelen vastgesteld. Duur gesprek: 1,5 à 2 uren.

Coachingsgesprekken

De insteek bij 1-op-1 coaching is vooral oplossingsgericht te werk te gaan; direct aan de slag met het probleem of het leerdoel. Resultaten geven aan dat door deze aanpak met enkele coachingsgesprekken vaak al goede resultaten kunnen worden bereikt.

Maar een andere insteek - waarbij gebruik wordt gemaakt van één of meerdere psychologische modellen - is ook mogelijk. Hierdoor ontstaat bij de cliënt een dieper inzicht in de eigen persoonlijkheid en op welke wijze de nog niet benutte kanten beter ingezet kunnen worden.

In de 1-op-1 situatie kan de kennis direct gekoppeld worden aan de probleemstelling van de cliënt waardoor koppeling met de praktijk verzekerd is.

Daarnaast kunnen in 1-op-1 rollenspellen alternatieve strategieën worden getraind. Periodiek zal de voortgang worden getoetst aan de geformuleerde leerdoelen.

Tijdsduur

Coachingsgesprekken nemen 1,5 tot 2 uren tijd in beslag met een tussenperiode van 2 à 3 weken. Het aantal benodigde gesprekken is situatie- en persoonsafhankelijk. Uitgangspunt is in eerste instantie een aantal van 5 gesprekken(*) te plannen waarna een evaluatie van de resultaten zal plaatsvinden. Afhankelijk van de situatie kunnen zondig nieuwe leerdoelen worden vastgesteld en een nieuwe cyclus van coachingsgesprekken worden gepland.

(*): Hier kan uiteraard van worden afgeweken. Mochten de cliënt of de coach van mening zijn dat er weinig zicht is op resultaten dan kan de overeenkomst te allen tijde worden beëindigd.

Gunstige balans tussen kosten en baten

Vergeleken met groepstrainingen vergt 1-op-1 coaching een relatief beperkte tijdsinvestering omdat coachingsgesprekken maximaal 2 uur duren. Hierdoor is er aanzienlijk minder verlies aan declarabele uren, hetgeen vaak de grootste kostenpost is bij investeringen in training en opleiding.

Uitvoering

De 1-op-1 training is ontwikkeld door Kees Rood van Rood Consult. Naast zijn vak als organisatieadviseur heeft Kees uiteenlopende beroepsopleidingen gevolgd op het gebied van training, coaching en persoonlijke ontwikkeling van mensen. Daarnaast is hij gespecialiseerd in leiderschapsontwikkeling.

Rood Consult
Linnaeuspark 24
2163KT Lisse
0252 416217 of 0654 264 313.
info@roodconsult.nl
www.roodconsult.nl