

## Focusleren: innovatie in leren met een bonus.

***Wanneer mensen aan een training deelnemen zijn de verwachtingen over de resultaten ervan hoog gespannen. Als we eerlijk tegen onszelf zijn vaak te hoog... Eenmaal terug in de praktijk gaan de meeste mensen immers weer gewoon op de oude voet verder. Mensen willen wel veranderen...maar niet veranderd worden. Zo is het trouwens niet alleen met deelnemers aan trainingen, maar ook met klanten. Wordt het niet eens tijd om de training zelf onder de loep te nemen?***

### *Uit het keurslijf*

We verwachten van medewerkers uit organisaties in bedrijfsleven en (semi-) overheid lef, resultaatgerichtheid, initiatief en verantwoordelijkheid. Toch sturen we ze vaak naar trainingen waar ze volgens een "ideaal" systeem of techniek moeten leren presteren. Bij deze klassieke wijze van leren is er een deskundige trainer die letterlijk instrueert hoe het moet. Met een hoge mate van 'eenrichtingverkeer'. Maar het kan ook anders. Bij focusleren is sprake van het ontdekken en ontwikkelen van de sterke eigen kwaliteiten door de deelnemer. En dat werkt beter. Deelnemers maken zich het geleerde letterlijk eigen. Ook op langere termijn. En daar gaat het uiteindelijk om. Met behulp van deze aanpak wordt tevens mentale kracht ontwikkeld met als resultaat meer zelfvertrouwen, controle, impact en authenticiteit. En dat heeft veel meer effect dan het toepassen van aangeleerde trucs of technieken. Daar prikken klanten en medewerkers immers zo doorheen.

### *'double loop learning en "capaciteit"...*

De essentie van focusleren is dat de deelnemer zelf leert leren.

Door waarneem- en concentratieoefeningen. En zichzelf ook leert coachen. De deelnemer leert niet slechts één truc of techniek. De deelnemer leert universeel. Hij leert leren. Met een mooi woord heet dat 'double loop learning'. Dat betekent in staat zijn om zelf te leren waar en wanneer nodig. Focusleren is dus een continu proces in de dagelijkse praktijk en niet een eenmalige gebeurtenis tijdens een trainingssituatie. En er is nog een bijkomend effect.



*Drs. Geo van Dam CT is eigenaar en directeur van EFFEQT en docent bij ISBW en NCOI. EFFEQT ontwikkelt en verzorgt trainingen mentale kracht voor bedrijfsleven en (top)sport.*

Bij het uitvoeren van geleerde taken in de praktijk kunnen prestatiedruk en mentale ruis een sterke negatieve invloed hebben op het resultaat.

Het mooie is dat focusleren letterlijk zoveel 'capaciteit' van ons brein vraagt dat er geen ruimte overblijft voor mentale ruis of afleiding. Daarmee vangen we twee vliegen in één klap. De deelnemer 1) leert beter en 2) is minder vatbaar voor stress van buitenaf of van binnenuit. Ofwel: de deelnemer ontwikkelt gaandeweg zijn mentale kracht. Bij klassiek leren is de kans op mentale ruis juist groter ten gevolge van instructies over het "goed" of "fout" uitvoeren van de taak.

Het doel van focusleren is dus dat de deelnemer deze metamethode op zichzelf kan toepassen en ook onder druk het beste uit zichzelf weet te halen.

### **Kwaliteit van de trainer: het CT keurmerk**

Naast de aanpak en inhoud van een training is ook de kwaliteit van de trainer van doorslaggevend belang. Wat EFFEQT betreft moet de kwaliteit van de trainer buiten kijf staan. Sterker nog, een kwaliteitskeurmerk als CT van de IBCT is dan een garantie voor de klant dat hij een trainer krijgt die van topkwaliteit is. Vandaag maar ook morgen en overmorgen. Veel van onze klanten informeren naar het keurmerk omdat ze het ook als een garantie zien. Het CT keurmerk vormt samen onze bijzondere en onorthodoxe aanpak succesvol onderscheidend vermogen en daarmee de basis van gezonde groei en ontwikkeling. Voor de klant én voor ons...

