



## Contactgegevens

Naam: drs. Bernadette Vrijling  
Geboortedatum: 10 september 1963  
Mobiel : 06 430.55.434  
E-mail : [bernadette@aserto.nl](mailto:bernadette@aserto.nl)  
Website : [www.aserto.nl](http://www.aserto.nl)  
Profiel : [LINKEDIN](#)

## Ervaring zelfstandig communicatie trainer en coach



### Aserto training & coaching (1991 – heden)

"Specialist in aantrekkelijke en praktische trainingen en coaching voor mensen die vooral vaktechnisch geïnteresseerd zijn"

CRKBO gecertificeerd   
(Centraal Register Kort Beroepsonderwijs, BTW vrijgesteld beroepsonderwijs)

## Motivatie

Graag verzorg ik workshops en coaching voor zelfstandig ondernemers en werkzoekenden. Ik sluit makkelijk aan bij jouw verdergaande professionalisering en de keuzes die jij hierbij maakt. Professionals waarderen mijn aantrekkelijke en ook confronterende workshops en coaching. Ik gebruik veel verschillende werkvormen, en daar krijgen ondernemers en werkzoekenden energie van. Altijd zoek ik het positieve en ben ik een kei in het omdenken. Daardoor zie ik vaak kansen waar jij ze misschien zelf niet ziet.

Ook zet ik graag mijn volledige ervaring voor je in: allereerst mijn actuele kennis en beroepsgerichte praktijkervaring als coach in diverse organisaties en bedrijven. Als psychologe en persoonlijk coach heb ik daarnaast veel theoretische en praktijkkennis die ik op betrokken wijze deel.

Daarnaast kan ik door mijn Hogeschool ervaring op drie Hogescholen goed aansluiten bij de leefwereld van startend ondernemers.

### Aserto netwerk:

Ondernemerstrainingen     

Opleidingspartners     

Selectie opdrachtgevers:     

## Unieke ervarings-combinatie

- 2014 - heden **'Personal Branding' inspiratie trainer en coach**  
Doel: Zzp'ers helpen zich op een effectieve en aantrekkelijke manier online en offline te profileren op de huidige markt via training en persoonlijke coaching.
- 2014 - heden **MyMethods trainer**, werkvormen voor trainers en coaches
- 2012 - heden **Docent, trainer, coach diverse Hogescholen**  
Doel: Aankomend zelfstandig ondernemers en bedrijfsadviseurs binnen de ICT, psychologie en agrarische sector communicatieve en sociale vaardigheden trainen, zodat zij weerbaar de arbeidsmarkt op kunnen.
- 1991 - heden Zelfstandig ondernemer, Communicatie en Management trainer en coach  
**Aserto training & coaching** CRKBO gecertificeerd
- Specialiteit Op aantrekkelijke en praktische wijze Communicatie- en Management trainingen verzorgen voor aan mensen die (vaak vooral) vakinhoudelijke interesse hebben.

## Relevante opleiding/cursussen

- 2018 Praktijkopleider Plus (interne jobcoach)
- 2016 Online marketing, Wordpress trainingen, Mailchimp training, netwerken WomenInc
- 2015 MyMethods trainers opleiding
- 1987/1988 **Onderwijskunde Rijksuniversiteit Leiden**
- 1982/1987 **Doctoraal klinische psychologie Rijksuniversiteit Leiden (voltooide master)**

## Kwaliteiten

### Mondelinge vaardigheden

Met 25 jaar docent- en trainerservaring in zowel sociale als commerciële organisaties zet ik deze ervaring in om (startend) ondernemers en werkzoekenden te helpen als trainer en coach. In evaluaties waarderen deelnemers mijn workshops en coaching als deskundig en persoonlijk. Door gebruik te maken van ervaringsleren en veel interactie zijn deelnemers tijdens mijn workshops en coaching minstens 70% van de tijd zelf actief bezig. Als coach stimuleer ik mensen eigen keuzes te maken en verantwoordelijkheid te nemen en ook dit ervaren ondernemers en werkzoekenden als heel positief.

### Persoonlijk

Ik heb een zelfstandige werkhouding, en ben intrinsiek gemotiveerd. Verder leer ik snel, en leg gemakkelijk contact met mensen van verschillende achtergrond. Ik kan mij daarbij inleven in de situatie en belevingswereld van de ander. Door luisteren, samenvatten en doorvragen laat ik de ander weten werkelijk gehoord te worden. Dit maakt mij een ondersteunende coach die echter ook de confrontatie niet schuwt.

Tot slot ben ik betrouwbaar en eerlijk, lever graag hoge kwaliteit werk en denk creatief mee.

## Hobby en Vrije Tijd

Ik klus graag in huis en tuin en dan zoek ik naar creatieve oplossingen om spullen te hergebruiken. Als vrijwilliger ben ik betrokken bij een LETS ruilkring (Lokaal Economische Transactie Systeem) in Ermelo. In 2018 werk ik opnieuw actief mee aan 'Keep it Clean Day' en dit jaar gaan onder mijn leiding, 320 Ermelose leerlingen, Ermelo vrij maken van zwerfafval. Verder is mijn Droom voor Den Haag in 2017 genomineerd voor de Denken Dromen Doen, DDD-Award.