

Preventie, Herstel Duurzame inzetbaarheid.

*Persoonlijke ontwikkeling volgens de
logica van leven.*

Bij stress.

Dreigende uitval.

Bij re-integratie.

Bij loopbaanvragen.

Of omdat je jezelf beter wilt leren
kennen en bewust koers wilt houden.



Voorkomen → Herstellen → Ontwikkelen → Duurzaam afstemmen

Preventie

Je hoeft niet eerst uit te vallen om aandacht te geven aan signalen. Vermoeidheid, irritatie, verlies van energie, twijfel of steeds over je grenzen gaan kunnen al vertellen dat ergens afstemming ontbreekt.

Herstel

Wanneer je bent uitgevallen, kijken we verder dan alleen de klacht. Wat heeft jouw systeem nodig om te herstellen? Welke omstandigheden vragen aanpassing? En welke patronen verdienen aandacht?

Duurzame inzetbaarheid

Je leert eerder herkennen wanneer de afstemming opnieuw onder druk komt te staan en hoe je kunt bijsturen. Zo wordt duurzame inzetbaarheid geen kwestie van maar blijven volhouden, maar van bewust koers houden.

Persoonlijke ontwikkeling

Je ontdekt jouw natuurlijke talentenpatroon, behoeften, grenzen en manier van denken, handelen en voelen. Niet om jezelf te verbeteren, maar om jezelf beter te begrijpen.



Je bent geen losstaand systeem.

Je functioneren wordt niet alleen bepaald door wat jij kunt.

Ook je omgeving doet ertoe.

Je werk. Je relaties. Je ritme. De ruimte die je ervaart. De verwachtingen waaraan je probeert te voldoen.

En ondertussen heb jij een eigen natuurlijk patroon in de manier waarop je **denkt, handelt en voelt**.

Wanneer dat patroon, jouw behoeften en de omstandigheden waarin je leeft onvoldoende op elkaar aansluiten, kost dat energie.

Soms een beetje.

Soms heel veel.

Persoonlijke ontwikkeling begint daarom niet bij jezelf verbeteren.

Maar bij beter begrijpen wat jij nodig hebt om goed te kunnen functioneren.





Wat je ontdekt

Je begint met een brede **Stroomscan®**.

Daarmee brengen we in beeld hoe het staat met de condities die ieder mens nodig heeft om gezond te functioneren en welke menselijke behoeften op dit moment ruimte vragen.

Daarna duiken we dieper in jouw **talentenpatroon**.

Niet alleen in waar je goed in bent, maar vooral in jouw natuurlijke manier van:

denken – handelen – voelen.

Je gaat patronen herkennen die vaak al veel langer onderdeel van je zijn.

Wat geeft je energie?

Waar pas je je voortdurend aan?

Waarom reageer je zoals je reageert?

Waar verlies je jezelf?

En wat heb jij nodig om keuzes te maken die werkelijk bij je passen?

Inzicht wordt zo geen eindpunt.

Het wordt richting.

Van inzicht naar regie

- Vervolgens verbinden we jouw inzichten aan je dagelijkse werkelijkheid.
- Aan je werk.
Aan thuis.
Aan wat er van je gevraagd wordt.
En aan waar jij naartoe wilt.
- Je leert eerder signaleren wanneer de afstemming onder druk komt te staan en krijgt praktische handvatten om bij te sturen.
- Niet door je omgeving volledig naar je hand te zetten.
- Maar door beter te leren afstemmen tussen:
 - **wie jij bent – wat jij nodig hebt – wat je omgeving vraagt – en waar jij naartoe wilt.**
- Dat geeft regie.
- En juist die regie is belangrijk bij herstel, re-integratie én duurzame ontwikkeling.



Persoonlijke ontwikkeling volgens de logica van leven

Leven heeft condities nodig om gezond te kunnen groeien.

Een gezonde basis.

Veiligheid.

Beweging.

Voeding.

Ademruimte.

Ritme.

Herstel.

Een omgeving die niet voortdurend oververhit raakt.

Voor mensen geldt dezelfde logica.

En daarnaast willen we ons verbonden voelen, competent zijn, autonomie ervaren, betekenis hebben, onze talenten kunnen inzetten, perspectief zien en ons prettig voelen in de omgeving waarin we leven en werken.

Daarom proberen we jou niet passend te maken.

We onderzoeken wat er nodig is om jou beter te laten passen bij je leven.

Jouw traject

Geen standaardprogramma met een vooraf bepaald aantal gesprekken.

We beginnen breed, brengen samenhang aan en bepalen van daaruit wat jij nodig hebt.

Het traject bestaat uit:

Stroomscan® →

Koersgesprek® →

Talentenanalyse →

Patronen herkennen →

Perspectief bepalen →

Afstemming werk & privé →

Regie versterken

De duur stemmen we af op jouw vraag en situatie. Want ontwikkeling laat zich niet in een standaardprotocol duwen.

Gewoon Anders

PERSOONLIJKE INTAKE

Ieder traject start met een vrijblijvende kennismaking.

Samen onderzoeken we jouw ontwikkelvraag en bepalen we welke ontwikkelroute het beste aansluit bij jouw ambitie en de context van jouw organisatie.

Leonie Braskamp

Organisatiepsycholoog

Grondlegger van de Theorie van Continue Afstemming

Ontwikkelaar van het Stroomkompas®

"Wat mensen nodig hebben is verrassend gewoon."

