

## **Imago en identiteit**

### **Jij in beeld; van buiten en binnen**

#### **Dit door coaching aan de hand van foto's van jou èn een 3D DISC persoonlijkheidsprofiel**

##### **Intro**

Naast mijn werk als communicatie trainer ben ik vol passie met (portret) fotografie bezig. Het is bijzonder om mensen een beeld van henzelf te geven waar zij zich in herkennen èn waar zij blij mee zijn. Het kan als confronterend worden ervaren om jezelf in beeld te zien. Of juist als een bevestiging.

Als communicatie trainer breng ik mensen ook in beeld; onder andere middels de methodiek DISC. Een methode waar je jezelf beter door leert kennen. En de ander beter leert begrijpen.

#### **Het kan zijn dat er ruimte bestaat tussen hoe je jezelf ervaart en hoe je ervaren wordt door anderen.**

Je kunt de ruimte verkleinen tussen 'hoe jij jezelf ervaart' en 'hoe de ander jou ervaart!' Daarom bied ik deze unieke manier van coaching aan en breng jou in beeld; van buiten en binnen. Dit middels fotografie èn een 3D DISC persoonlijkheidsprofiel.

- Ⓞ Waar ligt je kracht en hoe kun je deze inzetten om je droom te bereiken.
- Ⓞ Hoe kun je door jezelf te laten zien juist heel effectief zijn?
- Ⓞ Hoe communiceren mensen? Waarom het soms 'fout' gaat èn hoe ik hier effectief mee om kan gaan.
- Ⓞ Wil je meer plezier in je werk?

#### **Met deze waardevolle methode leer je op welke manier je jouw uitdagingen kunt aangaan.**

**Dit met behoud van contact met jezelf èn verbinding met je omgeving.**

**Schrijf je in of vraag meer informatie aan via mail of whatsapp;  
[jessica@geluktrainingenadvies.nl](mailto:jessica@geluktrainingenadvies.nl) / 06 - 45 11 29 10**

**Wil je nu vast meer weten? Lees dan de bijlage!**

## Hoe?

### Ⓞ **Stap 1, sessie van 4 uur: IMAGO; JIJ in beeld, van buiten. Hoe kom jij over?**

Je bepaalt zelf een lokatie die voor jou het meest natuurlijk is; op je werk, tijdens een wandeling op het strand of in het bos, een restaurant, bij jou thuis. Het doel van dit gesprek is dat je jouw eigen verhaal vertelt en benoemt wat je doelen en wensen zijn. Je krijgt coaching en feedback. Tijdens deze sessie worden er foto's van jou gemaakt.

### Ⓞ **Stap 2, eigen tijd 30 minuten: 3D DISC assessment**

Na dit gesprek vul je thuis een online 3D DISC assessment in. Het resultaat is een persoonlijkheidsprofiel. Dit profiel bespreken we in de volgende sessie.

### Ⓞ **Stap 3, sessie van 4 uur: IDENTITEIT; JIJ in beeld van buiten en binnen. Wie ben jij echt?**

Dit is de tweede ontmoeting. We bespreken de fotoreportage en het 3D DISC rapport. 'Hoe kom je over' (imago) versus 'wie ben je' (identiteit). Je krijgt achtergrondkennis over de DISC communicatie theorie. Je werkt aan een case die aansluit op jouw wensen en doelen.

De foto beelden laten zien wat jij van waarde vindt.

Het 3D DISC profiel laat zien;

- Hoe je jezelf ziet.
- Hoe je handelt onder druk en in een stressvolle situatie.
- Hoe je je opstelt en aanpast aan de omgeving.
- Volgens welke unieke drijfveren jij communiceert en samenwerkt.
- Welke rol je binnen een team aanneemt. Op welke manier deze rol jou werkgeluk geeft.
- Je leert op welke manier je effectief kan zijn in het contact met je collega's, familie en vrienden.

### Ⓞ **Stap 4, sessie van 2 uur: Opstellen van een concreet plan van aanpak**

Op weg naar je persoonlijke droom en om je doelen te verwezenlijken.

## Doelen en inzichten

### Ⓞ **Inzicht verwerven;**

- Laat ik zien wat er in mij leeft, wie ik echt ben?
- Hoe effectief ben ik in mijn communicatie en samenwerking?
- Hoe kom ik over?
- Op welke unieke manier communiceer ik? Wat betekent dit voor de verbindingen die ik heb en aan wil gaan; zakelijk en privé.
- Hoe communiceren mensen? Waarom het soms 'fout' gaat en hoe ik hier effectief mee om kan gaan.
- Welke rol neem ik in binnen een team?
- Wanneer ervaar ik werkgeluk?
- Volgens welke drijfveren werk ik?
- Hoe krijg ik hechtere relaties, een betere verstandhouding en een effectievere samenwerking?
- Hoe kan ik mijn gevoelens, gedachten en ideeën zo overbrengen dat mensen bereid zijn om te luisteren en met mij te werken?
- Hoe behaal ik meer resultaat en succes door de manier waarop ik communiceer?

**G Zelfbewustzijn vergroten;**

- Mijzelf laten zien zoals ik echt ben.
- Mijn zelfvertrouwen meer ontwikkelen.
- Wat wil en mag ik van mijzelf laten zien; omdat dit mijn verhaal vertelt?
- Zien hoe ik overkom als ik blij, gelukkig, vol verwachting, boos, bang, verdrietig bent.
- Hoe kan ik meer doen wat mij vreugde geeft
- Inzien hoe anderen mij zien en waarderen. Hoe waardeer ik mijzelf?

**G Mijn persoonlijk leiderschap ontwikkelen; op weg naar mijn droom.**

- Mijn leiderschapskwaliteiten ontdekken.
- Mijn persoonlijke presentatie verbeteren.
- Meer plezier halen uit mijn zakelijke en privé relaties.
- Meer succes en resultaat behalen in mijn zakelijke omgeving.