

Individen

Met coaching, individuele opdrachten en specifieke trainingen helpt LOSwerkt je te werken aan je eigen doelen. Of het nu gaat om gedragsveranderingen, analyses naar je drijfveren of talentontwikkeling, LOSwerkt onderzoekt jouw specifieke vraag en stelt aan de hand daarvan een op maat gemaakt traject op. Dit traject kan bestaan uit een paar coaching sessies met een enkele inzicht gevende opdrachten of een uitgebreidere training, eventueel aangevuld met ontmoetingen met professionals uit ons netwerk (een accountant, therapeut of misschien een stylist).



Werkwijze

In een paar gesprekken krijgen we inzicht in de specifieke problematiek waar je mee worstelt. In deze eerste fase analyseren we ook je drijfveren en je talenten. Vervolgens formuleren we een doel. Wat wil je precies bereiken? Nu is het ook tijd om je opties in kaart te brengen. Wat zijn je

mogelijkheden, wat kan je concreet veranderen in je loopbaan en hoe ga je je doel bereiken?

Nu we alles in kaart hebben gebracht, we weten wat je wil én we weten ook hoe je dat kan bereiken gaan we dat ook dóen. De geformuleerde acties worden concreet. Nu is het bijvoorbeeld tijd om je écht in te gaan schrijven bij de Kamer van Koophandel, een informatieavond te bezoeken, of om een aantal mensen uit je netwerk aan te schrijven. Dit is ook meteen het moment dat we zien waar je tegenaan loopt, wat je belemmert. Je vervalt misschien in oude patronen, of je blokkeert. LOSwerkt helpt je die stagnatie tegen te gaan en door te gaan op het ingeslagen pad.

Resultaat

Door een specifiek plan te maken voor jouw individuele vraag kan LOSwerkt een optimaal resultaat behalen. We helpen je je talenten te herkennen en te gebruiken. Je weet waar je krachten liggen, je weet wat je daarmee wil bereiken en je bent al een flink eind op weg. Je hebt de regie weer in eigen hand.

In de coaching maakt **LOS** gebruik van een aantal middelen, te weten: Analyses, Massage en Netwerk.
(dit wellicht wat uitgebreider?)

Analyses

De instrumenten die **LOS** hiervoor inzet zijn de TalentFirst tools Talentanalyse en Drijfverenanalyse. Met deze analyses krijg je snel een helder beeld van waar je goed in bent en wat bij je past.

Talentanalyse (wat mij betreft kunnen de TA EN DA zo op 1 pagina met doorverwijzing naar

de TF site, helder genoeg?)

De Talentenanalyse brengt in beeld wat jouw unieke talenten zijn. Het rapport vertelt je hoe je overkomt en bij welke eigen gedragingen je jezelf het beste voelt. In tien minuten vul je online de test in. Een uitgebreid rapport is het resultaat waarin beschreven staat waar je goed in bent en wat bij je past. In het gesprek gaan we dieper in op jouw talenten en je mogelijkheden.

Voor meer informatie zie...(doorverwijzing naar site TF)

Drijfverenanalyse (wat mij betreft kunnen de TA EN DA zo op 1 pagina met doorverwijzing naar de TF site, helder genoeg?)

De Drijfverenanalyse geeft inzicht in waar jij het eigenlijk 'allemaal voor doet'. Wat maakt dat jij in beweging komt? Het raakt een diepere laag aan. Het kan volgen op de Talentenanalyse om nog helderder te krijgen waar en hoe jij je het meest vitaal voelt, en effectief kan werken en leven.

Voor meer informatie zie...(doorverwijzing naar site TF)

Massage

Voor iedereen en in het bijzonder mensen die vastlopen in gevoel en denken waar het puur om woorden gaat biedt **LOS** een uniek traject dat hen helpt om lossers te komen in denken en lijf.

(deze doelgroep moet denk ik toch anders omschreven bij nader inzien.. die mensen die ik wil aanspreken gaan zich waarschijnlijk niet aangesproken voelen hierdoor... of wel?)

Dit traject bestaat, afhankelijk van individuele behoeftes, uit coaching en massage.

Het is bekend dat massage helpt om 'uit je hoofd' te komen en meer 'in je lichaam' te raken. Zo maak je makkelijker contact met je gevoel – het kompas waar je altijd op kunt varen. Door op deze manier doelgericht aan de toekomst te werken, kun je in een paar sessies al met hernieuwd inzicht in de goede richting bewegen.

Massagetechniek (dit kopje hoort echt bij Massage en moet op dezelfde pagina)

LOS maakt gebruik van de eeuwenoude Thaise Yoga Massage. Het is een laagdrempelige toegankelijke massage, die in Thailand overal geïntegreerd in het leven is. Daar noemen ze het wel yoga voor luie mensen, omdat iemand anders het werk voor je doet. Je kleding blijft gewoon aan en er komt geen olie aan te pas. Liggend op een mat op de grond word je in verschillende houdingen gebracht. De energielijnen in het lichaam gebruik je om druk op uit te oefenen.

Het werkt op veel lagen door – zowel fysiek als mentaal. Een flexibeler, lossers lichaam maakt ook gedachten vrijer. Al na een sessie krijg je meer kracht en flexibiliteit in je denken. Je raakt na een tijdje minder snel uit balans en gaat je sterker voelen. De perfecte voorbereiding op een coachingsgesprek!

Netwerk

Bij **LOS** kan een coachingstraject 'uitstapjes' naar anderen uit haar multidisciplinaire netwerk bevatten. Dit kan variëren van voedingsdeskundig consult, trend en mode adviezen tot yogalessen en rollenspelen. Het gebruik maken van de verschillende ingangen werkt krachtig en effectief om de beweging in de juiste richting te sturen en jouw reis duurzaam te maken.

De coaching heeft als doel inzicht te geven en over te gaan tot actie. En daardoor iedereen op zijn of haar juiste plaats te krijgen, los te komen van beperkende overtuigingen en echt te leven. Samen op reis, en daar van genieten.

Als coach kom ik snel tot de kern van een probleem door middel van praktisch gerichte, inzichtgevende sessies. Met de aandacht op kracht, vitaliteit en balans is het mogelijk om in een beperkt aantal sessies grote vooruitgang te boeken. Waar nodig wordt er tijdens een coachingstraject een beroep gedaan op professionals uit het **LOS** netwerk.

AANDACHT VOOR HET LIJF (hier klopt t nog niet helemaal.. qua overgang geloof ik.. dit moet gewoon achter bovenstaande tekst zonder echt kopje wellicht?)

Aandacht voor het lichaam is een onderschat aspect in de wereld van coaching en training. Zonde, want deze aandacht voor het lichaam biedt een schat aan mogelijkheden om tot wezenlijk inzicht en vooruitgang te komen. Veel mensen hebben hun problemen en knelpunten

leren kennen, maar vaak verandert daarmee hun gedrag nog niet.

Door lichaamsgerichte coaching, in de vorm van bijvoorbeeld massage bewerkstellig je een beter contact en duurzamer beleving van je lichaam. Waarna je in een coachingsgesprek sneller tot de kern kan komen.

Middelen (hieronder vallen kopjes met aparte subpagina's 'analyses' ' massage' 'netwerk')

In de coaching maakt **LOS** gebruik van een aantal middelen, te weten: Analyses, Massage en Netwerk.
(dit wellicht wat uitgebreider?)

Analyses

De instrumenten die **LOS** hiervoor inzet zijn de TalentFirst tools Talentanalyse en Drijfverenanalyse. Met deze analyses krijg je snel een helder beeld van waar je goed in bent en wat bij je past.

Talentanalyse (wat mij betreft kunnen de TA EN DA zo op 1 pagina met doorverwijzing naar de TF site, helder genoeg?)

De Talentenanalyse brengt in beeld wat jouw unieke talenten zijn. Het rapport vertelt je hoe je overkomt en bij welke eigen gedragingen je jezelf het beste voelt. In tien minuten vul je online de test in. Een uitgebreid rapport is het resultaat waarin beschreven staat waar je goed in bent en wat bij je past. In het gesprek gaan we dieper in op jouw talenten en je mogelijkheden.

Voor meer informatie zie...(doorverwijzing naar site TF)

Drijfverenanalyse (wat mij betreft kunnen de TA EN DA zo op 1 pagina met doorverwijzing naar de TF site, helder genoeg?)

De Drijfverenanalyse geeft inzicht in waar jij het eigenlijk 'allemaal voor doet'. Wat maakt dat jij in beweging komt? Het raakt een diepere laag aan. Het kan volgen op de Talentenanalyse om nog helderder te krijgen waar en hoe jij je het meest vitaal voelt, en effectief kan werken en leven.

Voor meer informatie zie...(doorverwijzing naar site TF)

Massage

Voor iedereen en in het bijzonder mensen die vastlopen in gevoel en denken waar het puur om woorden gaat biedt **LOS** een uniek traject dat hen helpt om lossers te komen in denken en lijf.

(deze doelgroep moet denk ik toch anders omschreven bij nader inzien.. die mensen die ik wil aanspreken gaan zich waarschijnlijk niet aangesproken voelen hierdoor... of wel?)

Dit traject bestaat, afhankelijk van individuele behoeftes, uit coaching en massage.

Het is bekend dat massage helpt om 'uit je hoofd' te komen en meer 'in je lichaam' te raken. Zo maak je makkelijker contact met je gevoel – het kompas waar je altijd op kunt varen. Door op deze manier doelgericht aan de toekomst te werken, kun je in een paar sessies al met hernieuwd inzicht in de goede richting bewegen.

Massagetechniek (dit kopje hoort echt bij Massage en moet op dezelfde pagina)

LOS maakt gebruik van de eeuwenoude Thaise Yoga Massage. Het is een laagdrempelige toegankelijke massage, die in Thailand overal geïntegreerd in het leven is. Daar noemen ze het wel yoga voor luie mensen, omdat iemand anders het werk voor je doet. Je kleding blijft gewoon aan en er komt geen olie aan te pas. Liggend op een mat op de grond word je in verschillende houdingen gebracht. De energielijnen in het lichaam gebruik je om druk op uit te oefenen.

Het werkt op veel lagen door – zowel fysiek als mentaal. Een flexibeler, lossers lichaam maakt ook gedachten vrijer. Al na een sessie krijg je meer kracht en flexibiliteit in je denken. Je raakt na een tijdje minder snel uit balans en gaat je sterker voelen. De perfecte voorbereiding op een coachingsgesprek!

Netwerk

Bij **LOS** kan een coachingstraject 'uitstapjes' naar anderen uit haar multidisciplinaire netwerk bevatten. Dit kan variëren van voedingsdeskundig consult, trend en mode adviezen tot yogalessen en rollenspelen. Het gebruik maken van de verschillende ingangen werkt krachtig en effectief om de beweging in de juiste richting te sturen en jouw reis duurzaam te maken.