

WAT IS DE ACTIONTYPES BENADERING EN VOOR WIE IS HET EEN MEERWAARDE

Nature basis voor unieke identiteit.

Iedereen heeft een uniek stel diepe motivationele drijfveren en handelingsvoorkeuren in de manier van bewegen, denken en doen. Het is een aangeboren persoonlijke voorkeursignatuur die wij in ons dagelijks leven, in werk, studie, sport of wat we ook doen, onbewust inzetten. Welkom in de wereld van voorkeuren, natuurlijk talent, persoonlijke behoeften en diepe drijfveren. Hier raken we de kern van persoonlijke groei, namelijk de verbinding met wie je van binnen bent. Oftewel het unieke van de eigen identiteit.

Inzichten door het originele van de lichaam-geest verbinding.

Kernvragen zijn hoe kom ik in mijn persoonlijke kracht, wat geeft mij energie en blijft mij energie geven? Van daaruit wijst zich wat je nodig hebt om je verder te ontwikkelen en jouw potentieel volledig te ontplooien. De ActionTypes Benadering (ATB) biedt deze inzichten. Dat doet het vanuit het authentieke van de lichaam-geest verbinding. Zowel jouw Diepe Motivationele Drijfveren (DMD's) als jouw dynamische handelingsvoorkeuren (actiontypes-profiel) worden aan de hand van eenvoudig te leren fysieke testjes opgespoord. Ze laten zien waarbij jou wel of geen tonus respectievelijk coördinatie ontstaat. Omdat zowel bewegen als jouw lichamelijke houding onbewust wordt beleefd brengen de fysieke testjes de natuurlijke voorkeuren naar voren. De ATB is daarmee onafhankelijk van vragenlijsten en alle onvermijdelijke hiaten en nadelen die daarop van toepassing zijn.

We zijn niet ons profiel, het duidt wel onze voorkeuren en persoonlijke kracht.

De ATB laat tevens zien hoe het individueel cognitieve, emotionele en motorische binnen de persoon zijn verbonden. Daarmee ontstaat vanuit het motorische ook meteen de link hoe communicatie, coaching en vorming bij jou werkt. We zijn daarbij niet ons profiel, we hebben voorkeuren waarachter een bepaalde dynamiek schuil gaat. Deze stelt ons in staat tot aanpassing aan waar de context om vraagt. Het is een natuurlijk overlevingsmechanisme dat tevens inzicht geeft in wat er onder grotere vermoeidheid en/of stress gebeurt. Vandaar dat we van het dynamisch actiontypes-profiel spreken.

Ontwikkeling door zelfontplooiing.

De ATB vormt een krachtig middel om jezelf en jouw cognitieve, emotionele en motorische voorkeuren, alsmede jouw Diepe Motivationele Drijfveren beter te leren

kennen. Het helpt ook andermans voorkeuren snel te kunnen plaatsen en geeft zo de basis in allerlei opzichten maatwerk en effectieve communicatie te bewerkstelligen en jouw doelen te bereiken.

Persoonlijke ontwikkeling start bij zelfinzicht. Dit is in onze visie de katalysator voor elementen als zelfsturing, zelfdiscipline, zelfgenererend leervermogen, zelfvertrouwen en zelfexpressie. We lezen het ook in de literatuur over topsporters en anderen die verklaren dat zelfkennis en -inzicht een belangrijk punt is geweest in hun ontwikkeling. *“Zelfkennis is de sleutel. Het is mijn stellige overtuiging dat dit de belangrijkste boodschap is voor een topsporter die het beste uit zichzelf wil halen.”* Het zijn woorden van Bert De Cuyper, emeritus hoogleraar en momenteel academisch verantwoordelijk voor de Opleiding Praktijkgerichte Sportpsychologie aan de KU Leuven. Woorden die hun strekking niet beperken tot topsporters, maar op iedereen van toepassing zijn.

Toepassing in sport, onderwijs, zorg, private en publieke organisaties.

Alleen al vanuit deze invalshoek is de ATB, met zijn profielen voor Diepe Motivationale Drijfveren en dynamische handelingsvoorkeuren, een bijzonder geschikt hulpmiddel. Er is samen met specialisten expertise en praktische ervaring opgebouwd voor concrete toepassing binnen de vakgebieden van sport, onderwijs, zorg, welzijn, veiligheid, alsmede binnen private (bedrijfsleven) en publieke (overheid) organisaties. In feite overal waar mensen met elkaar samenwerken en/of ontwikkeling in het functioneren een rol speelt kent de ATB een aanzienlijke meerwaarde.

Bovendien komt de link met het individueel motorische nadrukkelijk naar voren in alles wat met sport en bewegen te maken heeft. In het bijzonder is het voor techniekvorming en fysieke ondersteuning een echte verschilmaker. Naast het individuele maatwerk kent de ATB ook zijn toepassing binnen teams, zoals binnen een directie, coachstaf, docententeam, sportteams, team van hulpverleners, beveiliging- en beschermingsteams.

Meerdere opleidingsmogelijkheden.

De basis van ons cursusaanbod is gelegen in de vijfdaagse leergang ‘Praktisch werken met ActionTypes’ en de tweedaagse cursus ‘Opsporen van en coachen op Diepe Motivationale Drijfveren’. Hierin leer je tevens de fysieke testjes en het bijbehorende testprotocol toe te passen. De inhoud van de ATB evolueert steeds verder, wij blijven op de actuele inzichten inspelen.

Wil je meer weten, leren en inzicht in de verbinding tussen cognitie, emotie en voorkeursmotoriek krijgen, alsmede hoe dit te coachen, trainen en toe te passen volg dan de leergang “Praktisch werken met ActionTypes”. Ben je op zoek naar hoe motivatie op individueel niveau werkt en welke (coach)behoefte daarmee

samenhangen, dan is de cursus 'Opsporen van en coachen op Diepe Motivationale Drijfveren' iets voor jou.

Al meer dan vijftien jaar doceren wij vanuit de ActionTypes Academy Nederland met enthousiasme en voldoening deze unieke benadering. Heb je belangstelling voor bovengenoemd cursusaanbod of andere cursussen, neem dan een kijkje in het actuele overzicht. Ook is er een uitgebreid boek Totaalcoachen XL beschikbaar.