

INFORMATIE: Keuzestijlen

Je keuzestijl is de manier waarop jij meestal met keuzes omgaat.

1. De logisch-rationele (denk) stijl

In deze keuzestijl ligt de nadruk op logische, verstandige en redelijke argumenten bij het nemen van een beslissing. Je plant de keuze goed, verzamelt argumenten en kijkt wat het meest logisch en rationeel voordelig lijkt in de gegeven situatie. Je overweegt vanuit je hoofd.

2. De emotionele (gevoels) stijl

Emotionele kiezers luisteren bij beslissingen vooral naar hun hart en hun eigen gevoelens. Wat voelt goed en waarvan krijg je bijvoorbeeld pijn in je buik? Je overweegt vanuit je hart.

3. De uitstellende stijl

De uitstellende kiezer kiest het zekere voor het onzekere. Waarom beslissen als het nog niet meteen hoeft? Je kunt altijd nog waardevolle, nieuwe informatie krijgen. Je overweegt vanuit het daar en dan.

4. De impulsieve stijl

Voor impulsieve kiezers lijkt kiezen vaak helemaal niet zo moeilijk. Ze doen gewoon wat het eerst in hen opkomt of spontaan het beste lijkt. Waarom moeilijk doen als het makkelijk kan? Bovendien is de eerste indruk toch meestal het meest waardevol of betrouwbaar? Je overweegt vanuit het hier en nu.

5. De eigenzinnige stijl

Eigenzinnige kiezers weten precies wat ze willen en laten zich door niets of niemand van de wijs brengen; het gebeurt zoals zij het wensen. Ze zijn in staat om heel zelfverzekerd en vol overtuiging te kiezen. Je overweegt vanuit jezelf.

6. De meegaande stijl

Een meegaande kiezer past zich makkelijk aan aan wat de groep of anderen willen. Zijn eigen mening telt niet zo zwaar en de verantwoordelijkheid voor de keuze wordt bij anderen gelegd. Je overweegt vanuit de ander.

7. De intuïtieve stijl

Een intuïtieve kiezer 'voorvoelt' vaak wat er speelt. Vaak zeggen ze ook: 'ik wist dat het zo moest zijn' of 'ik wist het diep van binnen'. Er gaat geen bewust en rationeel proces aan vooraf. De keuze wordt volledig gebaseerd op een onbewust beoordelingsproces.

OEFENING: Mijn keuzestijl

a. Welke keuzestijl(en) gebruik jij meestal?

b. Welke keuzestijl zou je graag meer willen gebruiken?

c. Wat heb je nodig om meer de keuzestijl die je bij b noemde te kunnen gebruiken?

d. Wat ga je de komende tijd doen om meer de keuzestijl die je bij b noemde in te gaan zetten
(concrete acties noemen!)

Workshops omgaan met dilemma's

Iedereen loopt maakt dagelijks honderden keuzes. We krijgen steeds meer vrijheid om ons leven in te richten op een manier die bij jezelf past. Werk en privé wisselen elkaar elke dag af in grote vaart. Hoe vind je daar nu je weg in? Hoe weet jij nu welke koers je wilt varen? In de workshops Omgaan met dilemma's werken we er aan dat je bewuster en makkelijker met je keuzes om kunt gaan. We kijken hoe je keuzeproces verloopt, wat jouw manier van kiezen is en je ontdekt wat jouw belangrijkste waarden zijn. Die waarden bepalen namelijk de richting van je keuzes en helpen je zowel in als uit je dilemma's te komen.

Voor iedereen die bewuster en meer in balans keuzes wil maken is deze workshop een verrijking.

Keuzecoaching

Wanneer je met grotere dilemma's en keuzes rondloopt, met name op het gebied van loopbaankeuzes, dan kan het erg goed zijn om tijdelijk gecoacht te worden om zo'n keuze beter aan te kunnen pakken. Bij ELIGO Leren Kiezen zijn er verschillende mogelijkheden:

- ✓ **Loopbaankeuzegesprekken:** Middels een aantal gesprekken en oefeningen kom je er samen met je coach achter wat de meest passende keuze voor jou is wat betreft je loopbaanvraagstuk. Het aantal gesprekken bepaal je zelf in overleg met je keuzecoach.
- ✓ **Traject Loopbaankeuze:** Naast de gesprekken en oefeningen doe je ook een beroepen- en interestetest en een talenten- en competentietest. Doordat je alles in één keer aangaat, ben je zelf bewuster met je traject bezig en krijg je korting op het normale tarief.
- ✓ **Kies voor jezelf-coaching:** na een kennismakingsgesprek laat een keuzecoach je binnen twee sessies stevig onderzoeken waar jouw kernkwaliteiten liggen en op welke wijze je deze vrijwel altijd in kunt zetten. Je krijgt hiermee inzicht in hoe jij beter vanuit jezelf functioneert, wat jou werkelijk drijft en je kunt steviger vanuit jezelf je keuzes gaan maken.

MEER INFORMATIE?

www.lerenkiezen.nl

info@lerenkiezen.nl

Gundalyn Hemmink: 06-20533347

