

# Top1 coaching

Waar zit je nu mee?

- Het eindeloos zoeken naar woorden om je gedachten te verwoorden?
- Dat anderen vinden dat je van een mug een olifant maakt als je simpelweg probeert iets uit te leggen?
- De angst of schaamte tijdens presentaties?
- Struikelen over woorden terwijl anderen moeiteloos spreken?
- En dan jezelf de schuld geven, denkend dat het aan jou ligt?
- Dom of lui genoemd worden, of nog erger, dit zelf geloven

Dit zijn dagelijkse uitdagingen voor veel volwassenen met dyslexie. Dit kan letterlijk aan je vreten en je onzeker maken. In sommige gevallen leidt dit zelfs tot depressie of burn-out.

Maar je staat er niet alleen voor.  
Ik begrijp het en ondersteun je.

Ik benader het coachen vanuit het conceptueel denken. Hierin spelen de 2 hersenhelften een belangrijke rol. Tijdens het Top1 traject verkennen we hoe jouw brein functioneert, waar jouw kwaliteiten liggen en leer je alternatieve methoden om effectiever te verwoorden, onthouden, communiceren, presenteren en plannen. Bij de gratis intake analyseren we samen jouw specifieke behoeften en bepalen we het aantal benodigde sessies. Dit traject beslaat doorgaans tussen de 6 en 10 weken.



1

## kennismaking

- Gratis kennismaking om klik te ervaren.
- Aandacht en luisteren waar je mee zit, vast loopt en wat dyslexie met je gedaan heeft.
- Waar wil je naar toe?
- Trajectduur bepalen (6-10 weken).

2

## Hoe werk ik?

- Uitleg over dyslectisch brein, jouw manier van denken en leerstijl.
- Deze uitleg koppelen aan jouw uitdagingen.
- Ontdekken van jouw dyslectische kwaliteiten.
- Toepassen mindmaps, orde en time- management en communicatie vanuit dyslectisch brein.
- Werkboek met wekelijkse uitleg en oefeningen.

3

## Resultaat

- Beter begrip van hoe dyslexie voor jou werkt.
- Effectieve strategieën om ermee om te gaan.
- Een fijn dagelijks energieverbruik zonder de stress energie.
- Omarmen van dyslexie en zien waar jij goed in bent.
- Niet meer hoeven maskeren of aanpassen.
- Minder faalangst en perfectionisme.



MELD JE AAN VOOR EEN GRATIS KENNISMAKINGSGESPREK

[www.dyslexie-in-bedrijf.nl](http://www.dyslexie-in-bedrijf.nl)  
[info@dyslexie-in-bedrijf.nl](mailto:info@dyslexie-in-bedrijf.nl)