



# | Lumina Spark Profiel

Meer zelfinzicht, richting en werkgeluk

- ✓ Ontdek je kwaliteiten, valkuilen en je gedrag onder druk
- ✓ Krijg een goed beeld van jouw ontwikkelpotentieel
- ✓ Duidelijkheid in hoe je relaties kunt versterken
- ✓ Keuzes maken die écht bij jou passen

Of je nu aan het begin van je carrière staat of al wat langer onderweg bent, als professional heb je veel kansen en mogelijkheden, maar zit je ook met vragen. Waar ben ik echt goed in en wat geeft of kost juist energie? Wat zijn mijn valkuilen? Hoe gedraag ik mij onder stress? Hoe kan ik de relatie met anderen verbeteren? Waar liggen voor mij mogelijkheden om te groeien? Een Lumina Spark profiel zorgt voor meer zelfinzicht, waardoor je in staat bent passende keuzes te maken om je werkgeluk te vinden én te behouden.

## Wat is Lumina Spark?

Lumina Spark is een persoonlijke ontwikkelingstool die een uniek profiel geeft van jouw persoonlijkheid. Aan de hand van een gemakkelijk te begrijpen model dat bestaat uit 4 kleuren, 8 aspecten en 24 eigenschappen, ontdek je meer over je gedragsvoorkeuren.

Je gedrag is afhankelijk van verschillende factoren. Daarom meet Lumina Spark je gedrag in 3 situaties.

- 1) Hoe jij je van nature gedraagt als je geen prikkels ervaart (instinctief).
- 2) Welk gedrag je vertoont in het dagelijks (dagelijks).
- 3) Welke eigenschappen je vertoont als je onder druk of stress staat (overbelast).

De gepersonaliseerde profielschets biedt rijke persoonlijke inzichten en geeft praktische voorbeelden om je verder te kunnen ontwikkelen als professional.

## De voordelen van Lumina Spark

### **Geén hokjesdenken**

Ben je introvert of extravert? Werk je gestructureerd of ongedwongen? Ben je een voeler of een denker? Volgens Lumina Spark ben je niet het één of het ander. Mensen kunnen nu eenmaal uitblinken in tegenliggende, ogenschijnlijke paradoxale eigenschappen en laten in verschillende contexten ander gedrag zien. Om "hokjesdenken" te vermijden meten we met Lumina Spark gedrag in 3 contexten en worden alle eigenschappen los van elkaar gemeten. Zo kan je op zowel extraversie als introversie scoren van 0% tot 100%. Dit zorgt ervoor dat jouw innerlijke diversiteit wordt blootgelegd, de persoonlijke herkenning in het profiel groot is en stereotypering wordt voorkomen.

### **Diepgang**

Lumina Spark gaat 2 lagen dieper dan de meeste leersystemen. Door de 8 aspecten en de 24 eigenschappen krijgen de 4 kleuren duidelijk meer waarde.

Bovendien meet Lumina naast de 'dagelijkse' persona ook de 'overbelaste' en 'instinctieve' persona. Deze worden niet afgeleid van de 'dagelijkse' persona, maar onafhankelijk gemeten.

### **Wetenschappelijke basis**

Lumina Spark is NIET bedacht aan de keukentafel, maar heeft een wetenschappelijke basis. Wel zo fijn, toch? Het is ontwikkeld door humanistisch psycholoog Dr. Steward Desson namens de University of Westminster. Het model is gebaseerd op de Big Five in combinatie met de theorie van Jung en heeft een hoge betrouwbaarheid en validiteit.



## Voor wie?

Voor professionals, leidinggevenden, managers en zelfstandig ondernemers die:

- zichzelf beter willen leren kennen en begrijpen;
- relaties met collega's en klanten willen versterken;
- last hebben van stress door het werk;
- loopbaankeuzes willen maken die écht bij hun passen.

Voor wie vragen heeft op het gebied van (persoonlijk) leiderschap, loopbaan, stressmanagement, persoonlijke effectiviteit en balans. Starten met Lumina Spark is een mooi beginpunt in jouw persoonlijke ontwikkeling.

## Dit ga je leren

**Je krijgt antwoord op vragen als:**

- Wat zijn mijn kwaliteiten? Zet ik deze al voldoende in?
- Waar kan ik nog in groeien? Wat is mijn verborgen potentieel?
- Wat geeft mij energie en wat kost mij energie?
- Wat zijn mijn mogelijke beperkingen en valkuilen?
- Doe ik nog de dingen waar ik goed in ben?
- Hoe gedraag ik mij onder druk of stress?
- Hoe kan ik beter aansluiten bij anderen? Hoe kan ik samenwerkingen verstevigen?
- Wat zijn mijn communicatievoorkeuren en hoe kan ik de communicatie met anderen verbeteren?
- Passen de keuzes die ik maak echt bij mij?

# Praktische informatie



## Stap 1

### Invullen online vragenlijst

Na aanmelding ontvang je per mail een link naar de online vragenlijst. De vragenlijst bestaat uit 144 vragen en neemt ongeveer 30 minuten in beslag om in te vullen.



## Stap 2

### Interpreteren van jouw profiel

Na het invullen van de vragenlijst ontvang je jouw persoonlijke profiel in je mailbox als pdf-bestand. Daarnaast krijg je ook toegang tot de online academie waarin diverse video's voor jou klaarstaan om het Lumina Spark model beter te leren kennen en jouw profiel te kunnen interpreteren.

Tevens kan je ervoor kiezen om je profiel 1-op-1 met een gecertificeerde Lumina Spark practitioner door te nemen.



## Stap 3

### Verder met je persoonlijke ontwikkeling

Lumina Spark biedt verschillende mogelijkheden om aan de slag te gaan met je persoonlijke ontwikkeling:

- Verbeteren van je samenwerking
- Loopbaan coaching
- Effectief feedback geven
- Verbeteren van je communicatie
- Heldere doelen stellen en realiseren
- Persoonlijk leiderschap



## Ervaringen

### Wat anderen over het Lumina Spark profiel zeggen...



"Om als inkoper door te kunnen groeien in mijn functie koos ik voor het afnemen van een Lumina Spark profiel gecombineerd met 8 coachsessies. Een van de belangrijkste inzichten die ik heb verkregen is dat mijn kwaliteiten niet optimaal aansluiten bij mijn werkzaamheden als inkoper wat vaak zorgt voor een energielek. Door het gesprek aan te gaan met mijn leidinggevende ben ik mij nu aan het oriënteren op andere, meer passende functies binnen het bedrijf. Daarnaast heeft Lumina Spark er ook voor gezorgd dat ik beter in staat ben beter af te stemmen op mijn collega's en klanten waardoor samenwerken mij gemakkelijker af gaat. Nienke zorgt tijdens de coachsessie voor een veilige omgeving en geeft vertrouwen waardoor het gemakkelijk is je open te stellen, dingen te proberen, fouten te maken en daarvan te leren. Ik kan een Lumina traject bij Nienke iedereen aanraden. Ontzettend leerzaam!"

#### **WESLEY VAN RIJN**

Werkzaam bij een groot internationaal bedrijf  
in de haven van Rotterdam



"Wat fijn dat ik bij jou mijn Lumina Sparks profiel mocht maken in mijn zoektocht naar een nieuwe baan. Ik kreeg hiermee een goed beeld van mijn eigenschappen; van mijn sterke punten, maar ook van mijn nog te ontwikkelen punten. Op sommige punten was de uitkomst voor mij verrassend en vond ik het soms lastig om de uitslag van de test te vertalen naar concrete voorbeelden in de dagelijkse praktijk maar Nienke gaf mij een aantal goede handvatten waar in mee verder kon. Nienke is een lieve, eerlijke en oprechte coach die een luisterend oor heeft en die in staat is om iemand goed te helpen."

#### **INGRID REINDS**

## Investering

### Pakket 1:

#### met 1 uur coaching

€375,- excl. BTW

- Lumina Spark profiel: pdf-bestand bestaande uit 42 pagina's
- Toegang tot de online academie met uitleg over het Lumina Spark profiel a.d.h.v. diverse video's
- 1-op-1 coaching met een Lumina Spark Practitioner om meer uitleg te geven over jouw profiel en/of het beantwoorden van vragen (1 uur)

### Pakket 2:

#### met 3 uur coaching

€625,- excl. BTW

- Lumina Spark profiel: pdf-bestand bestaande uit 42 pagina's
- Toegang tot de online academie met uitleg over het Lumina Spark profiel a.d.h.v. diverse video's
- 1-op-1 coaching met een Lumina Spark Practitioner om meer uitleg te geven over jouw profiel en het helder krijgen van jouw persoonlijke doelen (3 uur)

### Pakket 3:

#### met 6 uur coaching

€995,- excl. BTW

- Lumina Spark profiel: pdf-bestand bestaande uit 42 pagina's
- Toegang tot de online academie met uitleg over het Lumina Spark profiel a.d.h.v. diverse video's
- 1-op-1 coaching met een Lumina Spark Practitioner om meer uitleg te geven over jouw profiel en aan de slag te gaan met jouw persoonlijke doelen (6 uur)
- BONUS: Toegang tot Lumina Coach (t.w.v. 65 euro)

## Locatie

De 1-op-1 sessies vinden plaats online of in de coachstudio in Roosendaal. In overleg is het mogelijk de 1-op-1 sessies op een andere plek plaats te laten vinden.

## Informatie & advies

Kijk voor meer informatie en aanmelden op [www.tinytweaks.nl](http://www.tinytweaks.nl)

Heb je nog vragen of wil je zeker weten dat het Lumina Spark profiel aansluit bij jouw behoefte? Vraag een vrijblijvend adviesgesprek aan via [nienke@tinytweaks.nl](mailto:nienke@tinytweaks.nl) of 0610588865.

