

Wat is de ACT-meting?

De ACT-meting is een online meetinstrument. Met de ACT-meting krijg je binnen vijftien minuten inzicht in je bewuste en onbewuste gedrag. ACT is hiermee een analyse van je persoonlijkheid. De afkorting ACT staat voor Analytical Competence Tool.

Hoe ziet de opbouw van de ACT-meting eruit?

De ACT-meting bestaat uit twee onderdelen. In het eerste deel kies je beelden. Deze worden gekozen op basis van gevoel of beleving. De beelden zijn uitgebreid getest. De beleving van de beelden is voor iedereen anders. Dit komt door persoonlijke associaties van de deelnemer. Door het gebruik van beelden gaat de meting voorbij aan wat iemand op cognitief niveau over zichzelf denkt.

In het tweede gedeelte kies je competenties.

Vervolgens wordt online automatisch vergeleken in welke mate deze competenties in lijn zijn met de eerder gekozen beelden.

Hoe werkt het?

De ACT-meting is volledig online uit te voeren. Ik ben geaccrediteerd om met de meting te werken en stuur jou, als start voor je coachtraject, een uitnodiging voor een meting per e-mail. Jij voert vervolgens de meting in een online omgeving uit. Nadat jij je meting hebt afgerond, ontvang ik de resultaten. Jij krijgt op een later moment, nadat we elkaar gesproken hebben, een heldere rapportage.

Jouw resultaten vormen voor mij de basis van je coachtraject. In de rapportage staan je talenten en ontwikkelmogelijkheden. Door het gebruik van de beelden zijn dit ook ontwikkelmogelijkheden waarvan jij jezelf misschien nog niet bewust was. Ook je valkuilen en competenties die mogelijk energie kosten, zijn in het rapport terug te vinden.

Een meting is natuurlijk maar een meting en leidt niet tot de absolute en volledige waarheid over jou als persoon. De resultaten van deze unieke meting zijn echter een zeer waardevolle tool om met elkaar in gesprek te gaan over jou in relatie tot je coachvraag/doel.



De ACT meting is een product van myHBMcentre