

Als we hooggevoeligheid maatschappij breed (weer) gewoon willen maken, is de werkvloer één van de belangrijkste plekken om hier aandacht voor te vragen. We willen hooggevoeligheid niet 'branden' als iets heel speciaals. Niemand is gebaat bij uitsluiting of uitzonderingen, het is juist belangrijk dat iedereen midden in de maatschappij kan staan. Daarom is het zo belangrijk dat we hooggevoelige mensen op weg helpen, dat ze hun talent ontwikkelen en inzetten. Daar profiteren ze zelf van én hun omgeving ook. UWV biedt ons de mogelijkheid om dat met veel plezier te doen vanuit de re-integratiediensten en Jobcoaching.

## In trajecten zien we



(H)erkenning =  
opluchting



Veilig & begrepen  
voelen



Praktisch & actief



Snel effect



Duurzaam effect



Eigenaarschap:  
eigen handleiding

### HOOGGEVOELIGHEID HERKENNEN

- Vermoeidheid
- Snel overprikkeld
- Moeite met groepen mensen
- Last van geluid, licht of andere zintuigen
- Loyaal, geeft zichzelf helemaal weg aan de ander
- Vriendelijk en 'aan staan' op kantoor, maar thuis uitgeput
- Soms al veel trajecten achter de rug
- Lang bij moeten komen van een activiteit
- Makkelijk aanvoelen wat er nodig is voor collega's en klanten

### EEN TRAJECT BIJ ONS

- Een traject is altijd maatwerk
- De klant is geen nummer, maar een persoon
- Altijd eerst een klikgesprek, er moet een klik zijn voor zowel de klant als de coach
- Altijd dezelfde coach van begin tot het eind van het traject
- De coach heeft korte lijnen met ons kantoor en de contactpersoon van UWV



Landelijk dekkend netwerk van tientallen coaches



Geselecteerde en gecertificeerde coaches (o.a. opleiding tot Hooggevoeligheids- deskundige)



Korte lijnen tussen coaches en kantoor, o.a. d.m.v. maandelijks intervisie en overleggen, CRM en intranet



Hoge scores in klanttevredenheidsonderzoek en succesvolle trajecten



Veel gratis materiaal, webinars etc. beschikbaar op ons online platform om een indruk op te doen



Ontwikkeling, kwaliteit en betrouwbaarheid staan hoog in het vaandel, terug te vinden in samenwerkingen met universiteiten en een aantal grote organisaties

## KERNTALENTENANALYSE

Tijdens de trajecten is een KernTalentanalyse een optie om in te zetten, in overleg met de coach en UWV. Een KernTalentanalyse is een wetenschappelijke persoonlijkheidsanalyse die erop gericht is uit te vinden wat iemands KernTalenten zijn. Het geeft inzicht in persoonlijkheid, mogelijkheden en passies. Met die kennis neem je levensbeslissingen die écht bij je passen, zoals de juiste studie, loopbaan, optimale plek in een organisatie. Een KernTalentanalyse verkleint de kans op burn- of bore-out en draagt bij aan het omgaan met perfectionisme, faalangst, stress of hooggevoeligheid. Dit is een mooie tool om in te zetten wanneer iemand niet weet wat hij wil, leuk vindt en de KernTalentanalyse helpt bij de oriëntatie.

## INZET ONLINE PROGRAMMA'S

**Tijdens de trajecten is het soms handig om één van de online programma's in te zetten, zodat het tijd bespaart in het traject, iemand praktisch aan de slag kan gaan en tijdens de doorlooptijd van het programma de coach ook mee kan kijken. Het gaat om praktische vaardigheden en keuzes integreren in het dagelijks leven.**

### VAN OVERPRIKKELING NAAR VEERKRACHT

Je leert in dit programma te onderzoeken welke signalen jouw lichaam geeft in de verschillende stadia van overprikkeling. Hoe eerder je signalen gaat herkennen, hoe meer mogelijkheden je hebt om overprikkeling te voorkomen. Je vergroot met dit programma je belastbaarheid, gaat praktisch aan de slag met wat jou dagelijks helpt. De opdrachten helpen je om in je dagelijkse drukke leven te zoeken naar oplaadmomenten. Dit kun je in een traject doen onder leiding van de coach.



### RUST IS EEN WERKWOORD

Rust, hoe bereik je dat? Dit doe je door stil te staan bij hoe het écht is. In dit programma nemen we je hierin mee aan de hand van verschillende onderdelen van jezelf: je mentale kant, je lichaam, je gevoel en tot slot wat voor jou zingeving is. Dit gaat jou helpen de brij te ontwarren, inzicht te krijgen en aanknopingspunten waar je als eerst mee aan de slag kan om meer rust te creëren. Dit kun je in een traject doen onder leiding van de coach



[www.hooggevoeligheelgewoon.nl](http://www.hooggevoeligheelgewoon.nl)

0570 643 053 / [uwv@hooggevoeligheelgewoon.nl](mailto:uwv@hooggevoeligheelgewoon.nl)