

#SPORT EN GEZONDHEID

✓ BESPAAR MET DE KMO-PORTEFEUILLE

## OMGAAN MET HOOGSENSITIVITEIT OP DE WERKVLOER NIEUW

€ 133,10 incl. BTW

PRAKTISCHE INZICHTEN EN HAALBARE ORGANISATORISCHE TIPS DIE VOOR DE HOOGGEVOELIGE WERKNEMER EEN WERELD VAN VERSCHIL BETEKENEN

I.S.M. 

### OMSCHRIJVING

#### Introductie

Steeds vaker duikt de term hoogsensitiviteit - ook HSP genoemd - op.

**Hoogsensitiviteit is geen persoonlijkheidsstoornis, maar wel een karaktereigenschap** die we aantreffen bij 15-20% van de bevolking en dus ook op de werkvloer. Het gaat om werknemers die uitzonderlijk veel (prikkel) opmerken en deze informatie snel en diepgaand kunnen verwerken.

#### Omschrijving

Hooggevoelige werknemers worden letterlijk overspoeld door de vele prikkels die op hen afkomen. Dit kan resulteren in een buitengewone opmerkingsgave, veel reflectie en vernieuwende inzichten. De keerzijde van de medaille is dat je als hoogsensitieve werknemer vaak moeilijker kunt functioneren in een druk (landschaps)kantoor en gedurende lange vergaderdagen. De overprikkelende omgeving kan leiden tot diverse problematieken: concentratieproblemen, vermoeidheid, stress en een verhoogde kwetsbaarheid voor burn-out.

#### Voor wie is deze opleiding bestemd?

Hr-verantwoordelijken, leidinggevend, bedrijfsleiders, vertrouwenspersonen of andere sleutelfiguren die zich beroepshalve richten naar (de zorg en) begeleiding van (hoogsensitieve) medewerkers.

Uiteraard is deze opleiding ook interessant voor gezondheidscoaches en dergelijke.

#### Voorkennis

Er is geen specifieke voorkennis vereist.

### PROGRAMMA

Tijdens deze vormingsdag kleven we niet het zoveelste etiket op een hooggevoelige werknemer die op het eerste gezicht net iets anders lijkt te functioneren. In plaats daarvan geven we praktische inzichten en haalbare organisatorische tips die voor de hooggevoelige werknemer een wereld van verschil betekenen.

Een geïnformeerde werknemer kan zijn werk(omgeving) anders organiseren, waardoor hij de meerwaarde van zijn eigenschap kan benutten en minder belemmeringen ervaart.

Door preventief aan de slag te gaan zal uw hoogsensitieve medewerker zich niet alleen erkend voelen, hij zal ook veel rustiger en meer gefocust aan de slag gaan. Kortom, met een minimum aan inspanningen, zal uw hooggevoelige werknemer zich beter in zijn vel voelen en veel efficiënter presteren.

### PRAKTISCH

Deze opleiding wordt georganiseerd door onze partner SBM, cvba Skilliant.

#### Lesdata

##### Datum

##### Startuur

##### Einduur

#### Locatie

Syntra West Brugge  
Spoorwegstraat 14

#### Contact

T: 078/353 653  
F: 050/403061

<b>Datum</b>	<b>Startuur</b>	<b>Einduur</b>	8200 Brugge	Sofie@syntrawest.be
dinsdag 26/05/2020	19:00	22:00		
dinsdag 02/06/2020	19:00	22:00		

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.