



Lezing: ASML - Power Up Your Mind

Datum: 10 december 2018

Connect with stressful people.

When you recognize stress symptoms with your colleague, what can you do? It is hard to notice these symptoms in yourself. So it is important someone makes you aware of your behavior, your emotions or your physical complaints connected to stress.

Just giving solutions, to work on the symptoms, is not enough. It is possible that the stress increases when you want to make it discussable. So what will help you and your colleague?

Stress itself is a symptom of something else, usually there is a deeper cause. This often has to do with fear. To know what the origin of your fear is, is not that easy to find out.

In this lecture we will discuss what you can do and what you shouldn't do, so your colleague can be helped instead of get more stressed-up.

Introduction

Hanneke Hoens is as a trainer and coach professional in the field of vitality and stress. She likes to share her knowledge as a vitality coach within companies, as an external vitality coach at ASML, and as a teacher at Sonnevelt Opleidingen. She has her practice in Weert. Hanneke focuses with Hoens Coaching and Counseling on increasing vitality of people who get stuck in their work or private live or do not want to get stuck.

Her professional knowledge combined with her work experience -in the financial business -, her life experience and highly developed empathetic and analytical qualities, make Hanneke a coach, teacher and mentor with feeling and decisiveness.

Hanneke is affiliated with NOBCO, the Dutch Association of Professional Coaches and with EMCC, European Mentoring Coaching Council.

"I speak the language of business, I am familiar with all the developments that can come up and I have experience with the coaching of many different people, including people within the autistic spectrum and highly sensitive persons."

Hanneke Hoens is als trainer en coach professional op het gebied van vitaliteit en stress. Ze draagt haar kennis graag over als vitaliteitscoach binnen bedrijven, o.a. als externe vitaliteitscoach bij ASML, en als docent bij Sonneveld Opleidingen. Ze heeft haar praktijk in Weert. Hanneke richt zich met Hoens Coaching en Counseling op vitaliteitsvergroting van mensen die vastlopen of juist niet willen vastlopen.

Haar professionele kennis uit een breed scala aan opleidingen, in combinatie met haar werkervaring - binnen de financiële dienstverlening-, haar levenservaring en sterk ontwikkelde invoelende en analytische kwaliteiten, maken Hanneke tot een coach, docent en mentor met gevoel en daadkracht.

Ze voelt feilloos aan waar het werkelijk om draait en brengt mensen in verbinding met zichzelf.

“Persoonlijke ontwikkeling staat voor mij altijd centraal. Mensen even laten stilstaan bij zichzelf en begeleiden naar een punt waarop ze meer vitaliteit, geluk en balans ervaren”. Dit kan uiteraard voor particulieren, maar in het kader van duurzame inzetbaarheid ook heel goed binnen bedrijven. Hanneke is een breed inzetbare coach die is aangesloten bij NOBCO, de Nederlandse Orde van Beroepscoaches.

“Ik spreek de taal van het bedrijfsleven, ben bekend met alle ontwikkelingen die daar aan bod kunnen komen en heb ervaring met het coachen van veel verschillende mensen, waaronder mensen binnen het autistisch spectrum en hoogsensitieve personen.”