

**"HOOGSENSITIVITEIT IS
GEEN ZWAKTE, MAAR EEN
KRACHT."**

"Het is een gave om meer waar te nemen. Maar het kan ook onoverzichtelijk voelen, als je overprikkeld bent." - Elaine Aron



CONTACTEER MIJ

ADRES

Agnetenhof 6
3800 Sint-Truiden

TELEFOONNUMMER

0477 / 98 93 14

EMAIL

Marie@mdcoaching.be

WEBSITE

www.tpecsinttruiden.be
www.mdcoaching.be

Overprikkeld...



HOOGSENSITIVITEIT

**GIDS VOOR ONTDEKKEN,
AANVAARDEN EN OMARMEN**

HSP Hoogsensitieve personen

Als hoogsensitief persoon neem jij, veel meer dan anderen, subtiele informatie en prikkels uit je omgeving op en verwerkt deze informatie diepgaand. Dit kan gepaard gaan met intense emoties. Het verwerkingsproces kost meer energie dan bij anderen waardoor je rust-, recuperatie- en eventuele hersteltijd noodgedwongen langer is.

Er bestaan nog steeds veel misverstanden over hoogsensitiviteit. Hersenonderzoek toont aan dat de informatieverwerking daadwerkelijk anders verloopt. Het is een aangeboren persoonlijkheidskenmerk: ongeveer 1 op de 5 mensen is hoogsensitief.

Het komt zowel bij kinderen als volwassenen voor.



Marie kan jou helpen.

- Herken jij jezelf in de kenmerken van een hoogsensitief persoon?
- Wil je jou diepgaander laten testen?
- Wil je de kenmerken van HS beter leren kennen, begrijpen en accepteren?
- Wil je weten hoe jouw HS brein werkt?
- Wil je tools krijgen om jezelf meer te beschermen tegen overprikkeling en vermoeidheid?
- Wil je ontdekken hoe je jouw talenten zo optimaal mogelijk kan inzetten als hoogsensitief persoon?
- Zou je willen weten hoe HS een troef kan worden voor jou?

Marie als coach.

1. Marie Droogmans is opgeleid door Drs. Esther Bergsma (NL), experte in Hoogsensitiviteit, sociaal wetenschappelijk onderzoeker, auteur, opleider en spreker op het gebied van HS. E. Bergsma volgt een wetenschappelijke benadering en inzichten uit ontwikkelings-, cognitieve en neuropsychologie.
2. Marie Droogmans is lid van het HSP Quality Checkpoint Programma van HSP Vlaanderen. Samen staan zij garant om een kwalitatief hoogstaande hulpverlening te bieden aan hoogsensitieve personen.

HSP-Vlaanderen informeert, sensibiliseert en verbindt. Het is hét platform waar ervaring en wetenschappelijk onderbouwde informatie over HS gedeeld wordt.

Scan de QR code voor meer informatie.



www.hspvlaanderen.be



Maak een afspraak bij
Marie