Ambitieus, ondernemend en hoogsensitief

Wanneer hoogsensitiviteit niet wordt herkend kan een hoogsenstitief persoon (HSP) tegen tal van uitdagingen aanlopen. Een HSP die zowel ambitieus als ondernemend is, kan overweldigd worden door de druk die hij of zij zichzelf oplegt waardoor ze een hoop innerlijke stress ervaren. Dit kan er toe leiden dat ze minder efficiënt presteren én niet meer weten te ontspannen.

door **Monique de Mijttenaere**

CATHY SPAAS

Cathy Spaas is een ervaren coach en expert op het gebied van hoogsensitiviteit. Het is haar missie om levens te raken. Dat doet ze door ambitieuze HSP te helpen om voluit in het leven te staan en het beste uit zichzelf te halen. Dat begint met de valkuilen aan te pakken. Cathy begeleidt hoogsensitieve personen op een hoog niveau waarbij ze praktische tools biedt. Zij coachte met succes inmiddels meer dan honderd mensen onder wie verschillende artiesten, ondernemers en managers.

UITDAGINGEN VOOR DE AMBITIEUZE HSP

Cathy: "De gedreven HSP kan veel piekeren, zichzelf voorbij lopen, dingen moeilijk loslaten, zet zichzelf vaak op de laatste plaats en wil alles vooral heel goed doen. Dit laatste levert een interne strijd op. Gevolgen kunnen zijn dat de HSP opgebrand raakt, geen energie meer heeft en niet goed in haar of zijn vel zit. Om voluit te kunnen presteren, is het belangrijk om met hoogsensitiviteit te leren omgaan. Zodat je in je kracht komt te staan, rust in jezelf vindt, je 'on top of the world' voelt en intens kan genieten van alles wat het leven te bieden heeft."

ELITE PROGRAMMA

Een van de mogelijkheden die Cathy biedt is het Elite Programma. Cathy: "Dit is een individueel coachingstraject op maat. Een mooi voorbeeld is Carmen; ze is alleenstaande moeder én publiekspreekster. Haar grootste obstakel was onzekerheid. Ze leek wel zelfverzekerd, maar zelf voelde ze het niet en zat ze totaal niet lekker in haar vel. Zij had diep van binnen het gevoel dat wat ze ook deed, het nooit goed genoeg was. Met alle stress van dien. Carmen en ik gingen samen aan de slag en binnen 6 maanden veranderde zij in een krachtige vrouw die sterk in haar schoenen staat, vol zelfvertrouwen en innerlijke rust. Ze geniet nu voluit van het leven en dat straalt ze ook uit!"

Wilt u als ambitieuze en ondernemende HSP ook het volgende level bereiken? Cathy Spaas biedt Clique lezers exclusief tijdelijk een gratis en vrijblijvend coachingsgesprek aan van 20 minuten.
Deze is in te plannen op:
www.calendly.com/cathyspaas
Meer informatie over Cathy's coaching kunt u vinden op:
www.cathyspaasacademy.com