

Hoe je de emotionele en mentale gezondheid van jouw medewerkers verbetert.

Emotionele ervaringen uit het verleden hebben regelmatig invloed op de professionele prestaties van medewerkers in het nu. Daarom is het belangrijk om als bedrijf aandacht te besteden aan de mentale en emotionele gezondheid van jouw mensen.

Als coach, gespecialiseerd in de **vaderwond** en **moederwond**, kan ik jouw werknemers helpen met:

- **Betere relaties:** Door een gezonde relatie met hun emotionele verleden, functioneren werknemers vaak beter in teams en klantcontacten.
- **Stressreductie:** Het helen van persoonlijke wonden kan leiden tot minder stress en burn-out klachten.
- **Verhoogde productiviteit:** Door zelfbewuster te worden, maken medewerkers betere beslissingen en groeit hun interne motivatie.
- **Verhoogd werkplezier:** Werknemers die zich emotioneel goed voelen, dragen bij aan een positieve werksfeer en betere teamdynamiek.
- **Persoonlijk leiderschap:** Werknemers met zelfkennis en leiderschap over hun eigen leven, zijn ontspannen en initiatiefrijker op de werkvloer.

Wat levert het op?

- Het functioneren in teamverband verloopt meer in harmonie.
- Stress en burn-out klachten nemen af, waarmee het ziekteverzuim vermindert.
- De dynamiek binnen een team verandert in positieve zin.
- Het werkplezier en werkgeluk van jouw medewerkers neemt toe.

Een voorbeeld

Een werknemer is altijd stipt aanwezig en toont meer dan 100% inzet. Toch raakt zij vaak betrokken bij conflicten binnen het team. Collega's vinden haar moeilijk om mee samen te werken doordat ze het moeilijk vindt om feedback te ontvangen. Stel dat zij van oorsprong onbewust met een moederwond kampt, dan:

- Is ze vooral bezig met het bewijzen van haar waarde.
- Is ze gevoelig voor kritiek en bang voor afwijzing.
- Gaat ze altijd maar door en staat ze altijd aan. Nee zeggen is geen optie.
- Is ze onbewust aan het pleasen om gezien en gehoord te worden.

Door de positieve bevestiging gaat zij steeds harder werken en dat geeft stress. Haar grenzen vervagen en een burn-out ligt op de loer.



Hoe ziet een traject eruit?

In het werken aan de Moederwond en Vaderwond ontvangt de medewerker vier uitgebreide sessies van in totaal 10,5 uur. De sessies zijn altijd 1 op 1 waardoor we veel dieper inzoomen op de daadwerkelijke bron van iemands gedrag. Het traject bestaat voor het grootste deel uit proceswerk, waarin alle innerlijke delen aan bod komen.

Ook na het coachingstraject loopt het proces gewoon door. Daarom geef ik na het traject een maand nazorg.

Kijken naar de oorzaak.

Als leidinggevende is het belangrijk te achterhalen wat er speelt bij jouw medewerkers. Is iemand alleen maar bezig om veel ballen in de lucht te houden vanwege omstandigheden in de thuissituatie of is de oorzaak iets wat op het werk speelt en meldt hij zich om deze reden regelmatig ziek? De onderliggende overtuigingen waarom iemand zich ziekmeldt kunnen veel inzichten geven.

Zodra een medewerker zich bewust wordt van zijn eigen autonomie, wordt het veel makkelijker om verantwoordelijkheid te nemen voor het eigen welzijn. Daar profiteer je als werkgever dagelijks van.

Ik kijk ernaar uit om de medewerkers uit jouw organisatie te begeleiden zodat ze bewust worden van hetgeen hen belast. Mensen die bewuster leven, brengen meer positieve energie op de werkvloer. De investering in deze persoonlijke ontwikkeling door terug te gaan naar de oorsprong van de Moederwond en Vaderwond, is 1407,- exclusief btw.

Wil je meer lezen over de vader- en moederwond? Kijk dan vooral op mijn website. Zijn er nog vragen of wil je me beter leren kennen? Dan kom ik graag een keer langs voor een kennismaking.

Contactinformatie:

Sylvia Argelo
Haarweg 1A
6971 KT Brummen
T: 0650584184
info@puurauthentiek.nl

