



ANNEK TOL

# Training HSP professionals

## 'Hoogsensitiviteit professioneel gezien'

Training voor professionals in de hulpverlening  
Docent: Annek Tol

**De training 'Hoogsensitiviteit professioneel gezien' is bedoeld voor coaches, therapeuten en psychologen die nuchtere en actuele kennis van HSP in de eigen praktijk willen integreren. De training wordt gegeven door Annek Tol, counselor, HSP en deskundige op het gebied van stress en hoogsensitiviteit. Vanuit jarenlange ervaringen in haar eigen praktijk schreef zij in 2014 het gelijknamige boek 'Hoogsensitiviteit professioneel gezien'.**

Hoogsensitiviteit is geen ziekte, noch een diagnose. Toch blijkt het dat hoogsensitieve cliënten zich in de hulpverlening niet gezien en geholpen voelen als dit onderwerp blijft liggen in de behandeling. Hoe komt dat, waarom is het zo belangrijk en wat moet je er dan mee in de praktijk?

De training 'Hoogsensitiviteit professioneel gezien' probeert daar een antwoord op te geven en helpt je te bepalen in hoeverre het mogelijk is om daar in je eigen praktijk iets mee te doen. Door middel van theorie, casuïstiek en supervisie vorm je je een visie op

hoogsensitiviteit die je in staat stelt tenminste psycho-educatie te geven en te overzien welke thema's in de vraag van de cliënt een relatie hebben met hoogsensitiviteit en op welke wijze er dan een aanpassing in de behandeling nodig is.

Ook GGZ professionals worden uitdrukkelijk uitgenodigd om dit onderwerp te integreren in de praktijk.

### Opbouw van de training

1. Het leren herkennen en benoemen van HSP thema's in de levensloop
2. Hoogsensitiviteit als verklaringsmodel hanteren. Strategieën herkennen en positief labelen
3. Werken met de Cirkel van Overprikkeling, preventie van burn-out bij HSP en stress gerelateerde klachten
4. Grensbewustzijn en de invloed van grensoverschrijdingen

### Supervisie

5. Intervisie en casuïstiek. Ontwikkelen en inzetten van je eigen sensitiviteit
6. Supervisie en casuïstiek. Implementeren van hoogsensitiviteit in je praktijk. Hoogsensitiviteit onderscheiden van de DSM

### Investing

Zes dagdelen verspreid over 6 maanden zodat je voldoende gelegenheid hebt om jezelf te ontwikkelen en het geleerde te toetsen en in praktijk te brengen. Indien mogelijk vorm je een blijvende intervisiegroep.

### Aan te schaffen literatuur

Tol, A. (2014). Hoogsensitiviteit professioneel gezien: Sensitiviteit als verklaring onder psych(osomat)ische klachten. Amsterdam: Boom/Nelissen.

### Aanbevolen:

Aron, E.N. (2010). Hoogsensitieve personen en psychotherapie: Handboek voor psychotherapeuten en patiënten. Amsterdam: De Arbeiderspers.

### Kosten

In 2016 start in het oktober een tweede pilot voor een gereduceerde prijs van 420-.

### Data

6 en 20 oktober, 10 november, 1 en 22 december 2016 en 12 januari 2017 van 13:00 uur tot 17:00 uur.

Annek Tol is coach-counselor en trainer, gespecialiseerd in hoogsensitiviteit. Ze is auteur van het boek 'Hoogsensitiviteit professioneel gezien', een nuchter boek voor hulpverleners dat een theoretische basis geeft, diepgaand inzicht en verhelderende praktijkvoorbeelden welke je een totaalbeeld geven van wat je zou moeten weten over je hoogsensitieve cliënten.  
[www.annektol.nl](http://www.annektol.nl)

