

## Herken je dit?

- De loyale, hardwerkende perfectionist die nooit nee zegt.
- De sfeergevoelige verbinder die makkelijk over zijn grenzen gaat.
- De onzekere lieverd die faalangstig is en verlegen.
- De ondergewaardeerde gevoelsmens die niet wordt gehoord.
- De kort verzuimer die op zijn tenen loopt.
- De drukbezette mantelzorger die worstelt met balans werk en privé.
- De terugkomer na ziekte die zoekt naar zijn toegevoegde waarde.

## Wist je dat...

- ... 1 op de 6 werknemers al burn-out klachten heeft?
- ... 1 op de 5 werknemers meer dan gemiddeld gevoelig is en een verhoogde kans heeft op een burn-out?
- ... een werknemer met een burn-out een werkgever al snel gemiddeld €80.000,-- per jaar kost?

**Voorkom een burn-out en neem contact op met Thilly.  
Bel, app of e-mail voor een vrijblijvende kennismaking.**



www.thilly.nl



LinkedIn



## Thilly...

... brengt complexe zaken terug tot de essentie. Zij maakt de 'onderstroom' in mens en organisatie tastbaar. Thilly is praktisch en doelgericht. Ze geeft geen doekjes voor het bloeden, maar helpt om eigen verantwoordelijkheid te pakken. Ze is gericht op bewustwording en heel worden.

... is analytisch, invoelend en heeft een sterk psychologisch inzicht. Oorspronkelijk academisch geschoold en daarna opgeleid in intuïtieve en creatieve ontwikkeling. Thilly is geboeid door 'onstoffelijke' zaken als inspiratie, motivatie en bezieling. Mensen noemen haar een inspirator. Goed als sparringpartner en gids voor de ziel. Als ervaringsdeskundige weet ze waar ze het over heeft.

## More than coaching

Thilly brengt je niet alleen van A naar B maar thuis bij jezelf. Zij gaat mee de diepte in en brengt je in contact met wie je van nature bent. Het gevolg is meer ontspanning, levenslust en energie. Vanuit een hernieuwde balans tussen ratio en gevoel kom je weer in beweging.

## Aanpak

Thilly komt snel tot de kern en levert maatwerk. Zij is de 'kameleon' die haarfijn aanvoelt wat jouw behoeften zijn en gaat daar samen met jou mee aan de slag. Zij helpt je om emoties te verwerken en weer te voelen. Geen onnodig lange trajecten; in maximaal vijf sessies brengt Thilly je weer in balans. Intake en terugkoppeling vinden kort na een eerste contact plaats.

## Wat levert het op?

### Voor de werknemer:

Balans tussen ratio en gevoel / Rust, ontspanning en minder werkstress / Weer grip en overzicht op je werkzaamheden / Tools voor het leven, zowel zakelijk als privé / Meer zelfvertrouwen en energie / Eigen verantwoordelijkheid / Wezenlijke keuzes / In beweging komen.

### Voor de werkgever:

Snel duidelijkheid over het probleem ('Quick scan') / Kortdurende begeleiding met een snelle intake en terugkoppeling / Flexibiliteit / Tevreden medewerkers / Minder verzuimkosten.

### Werknemer met loopbaan vraagstukken

"Voldoende bagage, blijft dicht bij haar gevoel, straalt zelfvertrouwen uit, is recht door zee, integer en heeft humor"

### ZZP'er met long covid klachten & zingevingsvragen

"Prettige sparringpartner, een goede spiegel voor de ziel, voelt je diepere behoeftes en drijfveren aan, helpt je te doorgronden waar het wezenlijk om gaat en om uit je hoofd in je hart te komen"

### Ondernemer met burn-out klachten

"Als ik terugkijk naar de ondersteuning/coaching ben ik positief gestemd; meer rust, structuur en meer energie. De enigszins spirituele aanpak heeft mij goed geholpen"