

Waag die sprong!

Vrouwen met het syndroom van Turner zijn motorisch vaak wat onhandig, hebben last van onzekerheid en hebben meer tijd nodig voor bepaalde taken. Dit is niet altijd gemakkelijk in tijden waarin de werkdruk steeds hoger wordt en multitasken een vereiste is geworden...

Helen Mijnaerends-Akkermans van HMA Coaching heeft al 20 jaar ervaring in de begeleiding en re-integratie van werkzoekenden en in het bijzonder met vrouwen met het syndroom van Turner. Vrouwen die door Helen begeleid zijn voelen zich sterker in hun schoenen staan, denken positiever, komen makkelijker op voor zichzelf, zijn meer open en zitten lekkerder in hun vel. Helen: 'Mensen zien groeien, dáár doe ik het allemaal voor!'

HULP VAN EEN ERVARINGSDESKUNDIGE

De interesse en belangstelling van Helen is altijd al uitgegaan naar mensen met een grotere achterstand op de arbeidsmarkt. Zij begeleidt mensen die langdurig werkloos zijn en/of een arbeidshandicap en/of chronische ziekte hebben. Denk hierbij bijvoorbeeld aan mensen met MS, reuma, RSI, een whiplash, brandwonden, bloedkanker of het syndroom van Turner.

Helen: 'Zelf ben ik ervaringsdeskundige op het gebied van het syndroom van Turner. Mede door mijn functie als bestuurslid van Turner Contact Nederland, heb ik nog meer inzicht gekregen in de diverse problemen waar wij tegenaan lopen.' Helen levert maatwerk op drie verschillende gebieden: werk, structuur en zelfsturing. Zij laat jou bijvoorbeeld inzicht krijgen in wie je bent, wat je sterke, persoonlijke eigenschappen zijn, hoe jij je administratie op orde houdt en hoe je evenwicht vindt tussen draagkracht en belasting.

ACTIEF EN CONCREET

Vrouwen met het syndroom van Turner hebben bijvoorbeeld moeite met acceptatie van zichzelf en omstandigheden en hebben moeite met zelfmanagement. Bij Helen kun je bijvoorbeeld terecht voor een zelfmanagement-training. Deze is actiegericht. Dit houdt in dat je dingen daadwerkelijk gaat doen.

Voor een werkgever is een chronische ziekte bij een werknemer een risico. Dit komt ook doordat er weinig duidelijkheid is over wat je van iemand die chronisch ziek is kunt verwachten. Helen leert vrouwen met het syndroom van Turner een duidelijk beeld te krijgen over zichzelf en wat zij concreet nodig hebben om te kunnen werken. De volgende stap is om daar met een werkgever over in gesprek te gaan. Door concreet te benoemen waar jij hulp of voorzieningen bij nodig hebt en wat je kwaliteiten zijn, kun je een werkgever inzicht verschaffen in wat hij of zij van jou verwachten kan. Zo ontstaat wederzijds begrip en verkleint het risico's vanuit het perspectief van de werkgever, want nu weet ook de werkgever waar hij of zij aan toe is.

Het syndroom van Turner

Het syndroom van Turner is een genetische aandoening die alleen bij vrouwen voorkomt. Bij dit syndroom mist één X-chromosoom of is een X-chromosoom vervormd. Lichamelijk gezien zijn deze vrouwen onder andere kleiner dan gemiddeld en worden er bij hen vaak aandoeningen aan het hart en de schildklier geconstateerd. Het syndroom van Turner komt voor bij ongeveer 1 op de 2.500 vrouwen.

HMA COACHING

Helen Mijnaerends-Akkermans
06-23202370
info@hmacoaching.nl
www.hmacoaching.nl

