

Met introverte mensen is niks mis

Extraverte mensen ondernemen graag activiteiten, reageren snel en houden van aandacht. Introverte mensen hebben dat niet, zijn bedachtzamer en vinden het prettig om tijd in hun eentje door te brengen. Maar dat heeft niets te maken met sociale vaardigheden. "Introverte mensen zijn gevoeliger voor de omgeving en prikkelers omdat hun hersens anders werken", legt Eline Sluys uit. Ze geeft sinds kort coaching aan introverten en wijst ze op hun goede en nuttige eigenschappen in een door extraverten gedomineerde wereld.

► Door Joop de Haan
► Zwolle

Sluys is van beroep docent op Hogeschool Windesheim. En ze vindt dat het tijd wordt dat er de eigenschappen van introverte mensen meer gewaardeerd worden. "Introversie heeft niets te maken met een gebrek aan sociale vaardigheden, maar met de vraag waar je energie van krijgt en hoe gevoelig je hersens zijn voor prikkelers. Introverte mensen krijgen energie van mentale activiteiten. Dat betekent dat niet dat ze niet van mensen houden, maar wel dat ze zich het prettigst voelen als ze rustig in hun eentje dingen kunnen bedenken of onderzoeken. De hersenen van introverte mensen zijn gevoeliger voor prikkelers. Ze hebben dan ook meer tijd in hun eentje nodig om die prikkelers te verwerken en zich

weer op te laden. Ze kunnen niet goed nadenken en praten tegelijk. Het duurt even voordat ze ideeën en oplossingen in zich kunnen laten opkomen."

Het verschil tussen introverten en extraverten wordt dus veroorzaakt door een verschil in fysieke aanleg. Dat zorgt ook voor verschillend gedrag. "Een extravert voelt zich lekker als hij ergens naar toe kan en mensen ontmoeten. Hij houdt van aandacht en kan snel reageren onder druk. Een introvert luistert liever dan hij praat, denkt na voor hij iets zegt en staat niet graag in het middelpunt van de belangstelling. Dat maakt dat introverten het lastig vinden om

» Eline Sluys coacht introverte mensen in een extraverte wereld

hun kwaliteiten te laten zien en anderen te laten weten wat ze willen. En dat vind ik jammer. Extraversie is de norm in onze samenleving en daardoor worden de kwaliteiten van introverten ernstig onderschat. Terwijl ik juist denk dat de maatschappij enorm gebaat is bij de inbreng van introverten. Ze kunnen goed luisteren en observeren. Ze hebben veel doorzettingsvermogen en kunnen zich heel goed concentreren. Ze lopen er alleen vaak tegenaan dat het ze niet goed lukt om hun kwaliteiten zichtbaar te maken. Dan krijgen ze bijvoorbeeld van hun



Docent en coach Eline Sluys. "Ik help mensen ontdekken hoe krachtig en waardevol hun introverte eigenschappen zijn." FOTO EVA POSTHUMA

leidinggevende te horen dat ze minder bescheiden moeten zijn. Of ze lopen kansen op promotie of uitdagende projecten mis."

Voor wie daar tegenaan loopt, is de coaching van Sluys bedoeld. "Ik help mensen ontdekken hoe krachtig en waardevol hun introverte eigenschappen zijn en hoe zij die tot bloei kunnen

bringen. In een stappenplan gaan we die potentie tot zijn recht laten komen. Want introverte eigenschappen zijn niet slecht, dat is alleen zo als je ze beoordeelt volgens de extraverte normen. Introverten zijn betrouwbare doorzetters die in staat zijn langdurige relaties aan te gaan. Dat zijn ijersterke punten."

Coaching en begeleiding

Eline Sluys heeft in het hoger onderwijs veel ervaring opgedaan met coaching en begeleiding. Zie voor meer informatie haar website www.elinesluyiscoaching.nl.

Aanmelden voor een coachingstraject kan daar ook. Meer informatie is ook te vinden op haar weblog <http://elinesluyiscoaching.wordpress.com>

Met Korterink heeft u de begroting weer op orde...

Bij Korterink kunt u weer even bijkomen van de schrik na de presentatie van het regeerakkoord. Met Toyota bieden wij u volop mogelijkheden om uw begroting weer sluitend te krijgen. Op dit moment hebben wij een groot aanbod met auto's die u het nodige voordeel opleveren. Daarbij kunt u rekenen op de kwaliteit van Toyota en de service Korterink, zodat u niet voor nog meer verrassingen komt te staan. U bent van harte welkom.



Korterink Rouveen

Oude Rijksweg 482 • (T) 0522 - 29 13 46 • www.korterinkautos.nl



Het regeerakkoord raakt iedereen!

Bij Korterink maken wij het verschil weer goed. Deze drie toppers van Toyota zijn wegenbelastingvrij en besparen u veel brandstof (1 l. op 20 km)!!!

Toyota Prius 1.5 Full Hybrid Comfort automaat



Nu voor € 8.950,-

98.000 km., 2005, Standaard voorzien van o.a. climatronic, automaat, cruise control

Toyota Aygo 1.0 VVT-i Sport 5-deurs aut.



Nu voor € 6.500,-

51.000 km., 2008, Standaard v.v. o.a. airco, verstralers in de voor bumper, licht metalen velgen, radio CD

Toyota Auris 1.8 Full Hybrid Dynamic aut.



Nu voor € 18.250,-

18.000 km., 2010, Standaard v.v. o.a. Navigatie, automaat, cruise control, Licht metalen velgen, climatronic



Verbouwingsuitverkoop

Onze verbouwing werkt in úw voordeel!

De Kia Picanto v.a € 8.195,-

A | 14% Bijtelling | Wegenbelastingvrij



INRUILPREMIE TOT € 500,-

De Kia Rio v.a € 11.995,-

A | 20% Bijtelling | Wegenbelastingvrij



INRUILPREMIE TOT € 750,-

De Kia Venga v.a € 16.595,-

B | 20% Bijtelling



GRATIS TANKPAS T.W.V. € 500,-

De Kia cee'd Sportswagon v.a € 18.995,-

A | 20% Bijtelling



GRATIS TANKPAS T.W.V. € 750,-

De Kia Sportage v.a € 24.495,-

B



GRATIS LEDEREN BEKLEDING*



LEERENTVELD AUTO'S BURG. ROELLENWEG 19 ZWOLLE TEL. (038) 42 80 300 WWW.KIA-ZWOLLE.NL



The Power to Surprise

Gem. verbruik: 3,2 - 7,0 l/100km, 31,2 - 14,3 km/l. CO₂-uitstoot: 114 - 155 g/km. *Actievoorzwaarden: Extra inruilvoordeel voor de Picanto betreft € 300,- op de 3-deurs en € 500,- op de 5-deurs, op de Picanto Design Edition 3-deurs € 500,- en de 5-deurs € 750,-. Extra inruilvoordeel op de Rio betreft € 500,- op de 3-deurs en € 750,- op de 5-deurs, op de Rio Design Edition 5-deurs € 1.000,-. De inruilauto dient minimaal 3 maanden op naam te staan van de koper (privé persoon of kleinzakelijke markt). Verder dienen de gegevens van de klantfactuur overeen te komen met de gegevens op het kentekenbewijs van de nieuwe en de inruilauto. Deze actie geldt ook in combinatie met de 50/50 actie, maar niet met andere acties. De vrijstelling van wegenbelastingvrij geldt tot 1 januari 2014. De tankpas actie is geldig voor de Kia Venga en de nieuwe Kia cee'd Sportswagon. De tankpas is 9 maanden geldig en te gebruiken voor brandstof, oliën, ruitensproeiervloeistof en wasbeurten. Deze actie geldt niet in combinatie met andere acties. De gratis lederen bekleding actie betreft lederen bekleding die achteraf gemonteerd wordt. Indien de auto reeds af fabriek is voorzien van lederen bekleding, geldt een accessoire cheque ter waarde van € 1.250,- inclusief BTW. Deze actie is alleen van toepassing bij aankoop van een nieuwe Kia Sportage. Deze actie geldt niet in combinatie met andere acties. Genoemde acties zijn geldig bij kentekenaanvraag t/m 27 december 2012 en uiterste registratiedatum van 25 januari 2013. Genoemde prijzen zijn exclusief metallic lak, kentekenleges en verwijderingsbijdrage. Afbeeldingen kunnen afwijken van standaard specificaties, drukfouten voorbehouden. Kijk voor meer informatie en de volledige garantievoorwaarden op www.kia.nl.