



## Henriette Høeg

### Erhvervmæssig baggrund

#### 2006 – Stresscoach og Trivselskonsulent, Coachingzonen

- Trivselssparring
- Stresscoaching/stressrådgivning
- Stressrådgivning til sygemeldte
- Rådgivning til HR medarbejdere og ledere om stressforebyggelse og -håndtering
- Supervision af stresscoaches
- Konsulenttydelser - skræddersyede foredrag, workshops og kurser om stressforebyggelse og -håndtering
- Åbne workshops og kurser til privatpersoner, coaches, medarbejdere, HR medarbejdere og ledere om stressforebyggelse og -håndtering

### Uddannelse, efteruddannelse og kurser

- 2017 Coach - med udgangspunkt i Metakognitiv Psykologi, til stressbehandling, MINDstrain
- 2015 Metakognitiv Stresscoach, Neokognitivt Institut
- 2014 Mad som behandler stress, CET
- 2013 Søvn- og stresskursus, Center for Stress
- 2013 Kostvejlederuddannelse, Birgitte Nymann
- 2013 Positiv psykologi Vejleder, At Work skolen
- 2012 MBSR, Mindfulnesscenteret
- 2012 Kropsterapeutisk modul 2, NLP Huset
- 2006 Voice Dialogue, Makani International HR Academy
- 2005 Kropsterapeutisk modul 1, Makani & NLP Huset

### Certificeringer

- 2012 Certificeret Enneagram Coach, NLP Huset
- 2008 Certificeret Udviklings- & Proceskonsulent, NLP Huset
- 2008 Certificeret NLP & Enneagram Træner, NLP Huset
- 2006 Certificeret HR Coach og Stress Coach, NLP Huset
- 2006 Certificeret Enneagram Master Practitioner, NLP Huset

#### NLP Huset 2006 – 2016

- Underviser på stresskurset i stressforebyggelse, stresshåndtering og stresscoaching
- Underviser og udvikler af kostkurset "spis dig i balance"
- Supervisor for stresscoaches
- Stresscoach & coach for private personer & virksomheder
- Underviser i visuel præsentation

#### 1995 – 2006 Salgs- og personalechef hos Eurocamp

- Rekruttering, introduktion, træning
- Personaleudvikling og coaching
- Personaleledelse og -administration
- Salg, service og kundereklamationer

- 2005 Effektiv Kommunikation, TACK Training
- 2004 Stress Management, TACK Training
- 2004 Coaching, TACK Training
- 2003 Personaleudviklingssamtalen, TACK Training
- 2003 Merkonom i Personaleudvikling fra Niels Brock, CBS
- 2002 Ledelse i praksis 2, TACK Training
- 2001 Ledelse i praksis 1, TACK Training
- 1993 BA i Erhvervsprog fra Copenhagen Business School
- 1993 Rejseleder-kursus, Den Skandinaviske Guideskole
- 1991 Svømmeinstruktør-kurser, DDGU
- 1990 Nysproglig student (spansk/tysk) fra Allerød Gym.

- 2005 Certificeret NLP Practitioner og NLP Master Practitioner, Makani International HR Academy
- 2005 Certificeret Enneagram Practitioner, Makani & NLP Huset