

## Preventie en eerste opvang van burn-out in de organisatie (3 opleidingsdagen):

### Doel van deze opleiding

In onze huidige maatschappij is burn-out een veel besproken onderwerp. Bedrijven en organisaties worden aangespoord om een preventief beleid uit te denken. Het voornaamste doel van de opleiding is om organisaties tools aan te reiken, zodat ze preventief kunnen ingrijpen en er zelf mee aan de slag gaan. In onze opleiding willen we organisaties versterken in hun rol die ze kunnen opnemen om zo bij te dragen tot het welzijn van hun medewerkers en om burn-out zoveel mogelijk te voorkomen.

### Visie van The Human Link

*Welzijn kan je niet outsourcen.*

*Preventief:* we bieden tools aan om stress bespreekbaar te maken vooraleer er problemen zijn.

*Snelle aanpak:* hoe kan er ingegrepen worden gedurende perioden met meer risico 's op stressproblemen en wie kan welke rol opnemen in de organisatie om deze stressproblemen snel aan te pakken en te beperken.

*Betrekken van (organisatie-)context:* bij werkgerelateerde problematiek spelen zowel de context als de persoon zelf een rol. Het is vanuit die optiek ook belangrijk om bij het herstel beiden te betrekken.

*Niet te snel individuele therapie:* bij werkgerelateerde problemen is het belangrijk om op het juiste moment de juiste steun te verlenen. Niet te snel overgaan op individuele hulpverlening, men kan ook baat hebben bij een groepstraining of ondersteuning van collega's en/of leidinggevende.

### Doelgroep

We willen de sleutelfiguren die in uw organisatie instaan voor het preventief beleid opleiden. We richten ons op de aanspreekpunten die als eerste opvang fungeren indien medewerkers geconfronteerd worden met werkgerelateerde problemen. Bijv. HR- managers, (interne) preventieadviseurs, zaakvoerders, peoplemanagers, coördinatoren, bedrijfsartsen en vertrouwenspersonen

### Opleiding van drie dagen

In de opleiding wensen we burn-out in het juiste perspectief te plaatsen: niet onderschatten maar ook niet overschatten. Het is belangrijk om niet alles onder de noemer van burn-out te zetten en goed het onderscheid te leren met andere zaken zoals stress, overspanning, depressie, performantieproblemen en relationele problemen.

Daarnaast besteden we aandacht aan de rol van de personeelsdienst, de leidinggevende, het management, het individu, de bedrijfsarts, de preventieadviseur, de huisarts en andere hulpverleners. In het herstel van werkgerelateerde problemen is het samenspel tussen de verschillende rollen belangrijk. In de opleiding wordt vanuit al deze rollen bekeken wie er preventief voor het psychisch welzijn van medewerkers zorgt, wat dit inhoudt en wat de grenzen zijn.

Vele bedrijven hebben nood aan een degelijk welzijnsbeleid en aan mensen die zijn opgeleid in de rol die ze kunnen vervullen om burn-out te voorkomen. In deze opleiding zullen we vooral onze expertise doorgeven en voorbeelden geven vanuit onze praktijk. We zijn vertrouwd met het uitdenken en implementeren van beleid rond chronische stress. Dagelijks behandelen we ook zelf medewerkers die burn-out zijn geraakt en re-integreren we hen, in samenwerking met sleutelfiguren uit de organisatie, terug in de werksituatie.

### **Opleiding van drie dagen:**

- Theoretische kapstokken van de werkgerelateerde problemen
  - Wat is burn-out?
  - Wat zijn oorzaken in de werksituatie en in de persoon?
  - Wat zijn belangrijke mechanismen die een rol spelen bij stress en burn-out?
  - Belangrijkste factoren voor een goede balans
  - Onderscheid maken tussen burn-out met overspanning, stress, conflict, depressie en performantieproblemen en dit aan de hand van casusmateriaal
- Een leidraad wordt meegegeven om stress/burn-out te detecteren, te bespreken, verder te exploreren
  - Omgaan met signalen die wijzen op werkgerelateerde problemen
  - Overzicht met vragen om te exploreren
- Opzetten van preventief beleid rond burn-out en wie kan welke rol hierbij vervullen
- Alle tools om een eerstelijnsopvang te voorzien, om gemotiveerd door te verwijzen en een goed re-integratiebeleid op te zetten voor medewerkers die zijn uitgevallen omwille van werkgerelateerde problematiek

Deze opleiding wordt gegeven door:

**Tine Daeseleire** en **Marieke Impens**, beiden klinisch psycholoog en gedragstherapeut in The Human Link. The Human Link is een expertisecentrum gespecialiseerd in de behandeling van burn-out. Meer informatie vindt u op [www.thehumanlink.be](http://www.thehumanlink.be)

### **Praktisch**

Data : zie website

Waar : te 2600 Berchem

Prijs : € 525 voor drie dagen;

Betalen met KMO-portefeuille is mogelijk! (50% subsidie)\*

Inschrijven : via het inschrijvingsformulier > [admin@thehumanlink.be](mailto:admin@thehumanlink.be)

*\* KMO-subsidie kan niet aangevraagd worden voor syllabi en btw. Deze worden rechtstreeks aan THL betaald.*