

Van burn-out naar veerkracht

In het kort

Werk je als bedrijfs- of verzekeringsarts of A&O-psycholoog? Dan zie je waarschijnlijk regelmatig cliënten met burn-outklachten op je spreekuur. Wil jij leren hoe je burn-outverschijnselen kunt ombuigen naar veerkracht? En hoe je dit kunt gebruiken in je advisering aan medewerker en leidinggevende? Doe dan deze eendaagse module.

Wat je leert

Leer medewerkers en leidinggevende adviseren en begeleiden

Is burn-out een hype? En hoe komt het dat de ene werknemer in een organisatie opbrandt, terwijl een collega met dezelfde werkdruk geen klachten krijgt? Dit hangt samen met het hanteerbaar maken van kwetsbaarheid en het versterken van mentale hulpbronnen in de persoon (zoals veerkracht) en werk.

Tijdens deze module ga je actief aan de slag met voorbeelden uit je eigen praktijk. We bespreken hoe het hebben van een burn-out kan leiden tot verschillende psychische en lichamelijke klachten. Ook leer je de risicofactoren en signalen van een mogelijke burn-out herkennen. Daarbij zijn vaardigheden op het vlak van beoordeling en begeleiding van deze problematiek belangrijk.

Veerkracht is de sleutel in het voorkomen en bestrijden van burn-out. Het zorgt voor werknemers die met plezier aan het werk zijn. Die daar niet bovenmatig vermoeid van raken en die weten hoe ze de 'gunfactor' in hun werkomgeving kunnen vergroten ten behoeve van wat ze belangrijk vinden. Daarom besteden we veel aandacht aan hoe de balans tussen vitaliteit en uitputting positief blijft. Je leert hoe je werknemers inzicht geeft in factoren die een rol spelen in veerkracht.

Tijdens de module wisselen we plenaire uitleg en theorie over de ingebrachte onderwerpen af met inventarisatie van je eigen persoons- en werkgebonden kwetsbaarheden en hulpbronnen. Je oefent daarnaast met eigen casuïstiek. Tijdens die oefeningen leer je je medewerker en leidinggevende te adviseren. Bijvoorbeeld over hoe zij kwetsbaarheden kunnen hanteren en hoe zij hun mentale weerbaarheid kunnen versterken. Je leert ook bewustzijn creëren en verantwoordelijkheid nemen.

Tot slot leer je hoe je hierover voorlichting kunt geven aan medewerkers en leidinggevendenden. Met deze kennis zal je ook effectiever kunnen adviseren over een PMO gericht op psychische belasting.

Na afloop van deze eendaagse module:

- ken je de werk- en persoonsgebonden risicofactoren voor het ontwikkelen van een burn-out.
- kun je die tijdig signaleren.
- weet je wat er pathofysiologisch gezien gebeurt en weet je hoe dit bijdraagt aan lichamelijke en psychische klachten.
- ben je bekend met recente neuro- en organisatiepsychologische inzichten.
- kun je deze inzichten combineren met analyse en advisering volgens de NVAB- en eerstelijns (LESA) richtlijnen voor psychische problemen.
- weet je wanneer iemand optimaal intrinsiek gemotiveerd is en wanneer er sprake is van werkverslaving.
- kun je 'dual' sturen op beperking van stressoren en het versterken van de mentale veerkracht van werknemers.
- ben je bekend met een begrippenkader dat goed gedeeld kan worden met werknemers en leidinggevendenden.

Docenten

Het onderwijs wordt verzorgd door Dr. Rob Hoedeman, bedrijfsarts (Mensely). Rob is auteur van het boek: Van burn-out naar veerkracht en gepromoveerd op en lid van richtlijn groepen m.b.t. de onderwerpen SOLK en psychisch verzuim.

Voor wie

Voor bedrijfsartsen, verzekeringsartsen en A&O-psychologen

Toelatingseisen

Geregistreerd als bedrijfsarts, verzekeringsarts of A&O-psycholoog.

Rooster

Datum	Starttijd	Eindtijd	Docenten	Onderwerp
10-04-2018	09:30	12:30	Sanne Rengelink	Bijeenkomst
10-04-2018	13:30	16:30	Sanne Rengelink	Bijeenkomst

Incompany

Het kan zijn dat je een volledige afdeling wilt laten bijscholen. Of je wilt heel specifieke vaardigheden aanleren. In die gevallen biedt incompany onderwijs uitkomst. Lees verder over onze [scholing op maat \(https://www.nspoh.nl/incompany/\)](https://www.nspoh.nl/incompany/).

Startdatum

10 apr 2018

Duur (module)

1 dag

Locatie

Utrecht

Prijs

€ 395

CanMeds

80% Medisch handelen

20% Communicatie

Accreditatie

6 accreditatiepunten

voor:

- ABSG voor de categorie arbeid en gezondheid - bedrijfsgeneeskunde
- ABSG voor de categorie arbeid en gezondheid- verzekeringsgeneeskunde

GAIA ID nr

Contactpersoon

Heeft u een vraag? Neem dan contact op met



Denise Zee

Telefoon

030-8100583

E-mail

d.zee@nspoh.nl

Functie

programma assistent

NSPOH

Bezoekadres Churchillaan 11, 10e etage
3527 GV UTRECHT

Postadres Postbus 20022
3502 LA Utrecht

Telefoon 030 810 05 00
ma t/m vr 8.30-17.00 uur

E-mail [info@nspoh.nl \(mailto:info@nspoh.nl\)](mailto:info@nspoh.nl)

