



De BPSW organiseert de 2-daagse scholing

Maatschappelijk werk in de gezondheidszorg: 'Zelfzorg voor de professional' *'Hoe behoud je de bevoegdheid in je werk?'*

Deze scholing is los te volgen maar ook te gebruiken voor het certificaat Gezondheidszorg Maatschappelijk Werker (GZMW).

Tijdens trainingen horen we vaak van maatschappelijk werkers terug hoe lastig het kan zijn om goed voor jezelf te blijven zorgen in een werkomgeving waar veel van je gevraagd wordt. Er is vaak een hoge werkdruk, je voelt je verantwoordelijk voor de cliënt en voor je het weet ligt er te veel werk of verantwoordelijkheid op jouw bord. Als maatschappelijk werkers weten we heel goed wat zelfzorg is en hoe je goed voor jezelf kunt zorgen, in de praktijk blijkt dit echter nog wel eens tegen te vallen. We zorgen vaak beter voor de ander, de cliënt, dan voor onszelf.

Inhoud van de training

In de deze training gaan we op een ervaringsgerichte manier aan de slag met het thema zelfzorg: Wat betekent dit voor jou, hoe doe je dit nu en wat heb je daarin nodig?

Tijdens twee dagen sta je stil bij de bevoegdheid voor je werk, maar ook voor de zorg voor jezelf (zelfzorg) en de voeding voor lijf en geest.

Er is zowel aandacht voor kennis, vaardigheden en strategieën over het voorkomen van een burn-out, als lichaamsgerichte ervaringen (zoals o.a. massage) waardoor je in deze twee dagen ook rust en ruimte in jezelf ervaart. Twee dagen waarin je zowel leert, als aandacht besteedt aan jezelf.

Bevoegd en energieke maatschappelijk werkers hebben meer energie, presteren beter en halen meer voldoening uit hun werk. Dit komt ten goede aan de cliënt én de organisatie waarvoor je werkt.

Doelgroep

Professionals in Sociaal Werk die aandacht willen besteden aan zowel lichaam als mind. Die bevoegdheid in hun werk willen waarborgen, verbeteren of willen terugvinden en die willen leren hoe ze zelfzorg-strategieën kunnen inzetten om een burn-out te voorkomen.

Leerdoel scholing

Naast het ontwikkelen van kennis, vaardigheden en strategieën rondom zelfzorg, is dit vooral een ervaringsgerichte training. In deze twee dagen sta je stil bij de bevoegdheid voor je werk, maar ook voor de zorg voor jezelf (zelfzorg) en de voeding voor lijf en geest.

Tijdens deze dagen krijg je inzicht in belemmerende patronen en overtuigingen en je leert jouw eigen grenzen en energiebronnen kennen en in te zetten. Je onderzoekt wat je nodig hebt om je werk met voldoende betrokkenheid te doen en te blijven doen. Je leert hoe je je toewijding en bevoegdheid behoudt en hoe je voorkomt dat je een burn-out ontwikkelt.

Trainer

Ilonka Behr, (zelfstandig) medisch en oncologisch maatschappelijk werker, (EFT) relatietherapeut, registertherapeut BCZ. Sinds 2002 werkzaam in de gezondheidszorg.

Locatie

De training vindt plaats in een prachtig authentiek landhuis in een energieke, inspirerende omgeving. Deze locatie ligt pal aan de Kromme Rijn, in een bosrijke omgeving, op 5 km van Utrecht Centrum. Je kunt er gratis parkeren en het is goed bereikbaar met het OV.

Praktisch

Datum: do. 10 oktober 2019, start om 10.00 uur; einde om 20.30 uur, inclusief lunch en diner
vr. 11 oktober 2019, start om 9.30 uur; einde om 13.00 uur inclusief lunch
Locatie: Stayokay Bunnik, Rhijnauwenselaan 14b, 3981 HH Bunnik, 030-6561277
www.stayokay.com/bunnik
Investering: BPSW-leden: € 464,- (inclusief lunch, diner en een massage); niet leden € 619,-
Accreditatie: in aanvraag

Overnachting

Het is mogelijk om een overnachting bij te boeken, een gedeelde kamer kost € 25,- euro p.p. Een kamer alleen kost € 50,- euro. Dit is inclusief ontbijt en exclusief toeristenbelasting.

In verband met de beperkte beschikbaarheid is het belangrijk om tijdig aan te geven of je gebruik wilt maken van een overnachting. De BPSW heeft enkele hotelkamers in optie genomen voor deze training.

Certificering

Na afloop van deze scholingsdagen krijg je een door het Registerplein geaccrediteerd scholingscertificaat.

Als je minimaal 10 scholingsdagen uit het aanbod voor scholing 'Gezondheidszorg Maatschappelijk Werker' hebt gevolgd en een compleet portfolio kan verantwoorden kom je in aanmerking voor het certificaat: 'Gezondheidszorg Maatschappelijk Werker'.

Programma

Dag 1: Introductie en kennismaking, inhoud en hoofdlijnen van de scholing.

- Werkdruk en werklast van de maatschappelijk werker
- Compassie, secundaire traumatisering
- Persoonlijke leerdoelen rondom zelfzorg en bevlogenheid.
- Zelfzorg en zelfzorg strategieën
- Burn out en burn out preventie
- Risico-inventarisatie; hoe goed zorg je voor jezelf, opsporen van risico's op burn-out.

Avondprogramma:

- Diner
- Lichaamswerk, aandacht voor lijfwerk en mindfulness
- Persoonlijke massage (Keuze uit hoofd, hand of voetmassage, of ontspanningsmassage door een gediplomeerd masseuse).

Dag 2: Ochtend:

- Start van de dag met een stiltewandeling
- Reflectie op eerste dag en persoonlijke leerdoelen
- Interventies gericht op de eigen werkomgeving
- Liefdestaal en het voeden van jezelf.
- Bevlogenheid in het werk terugvinden en behouden