In 2017 hing volgens het Centrum voor Beroepsziekten meer dan 40% van het ziekteverzuim samen met stress,overspanning en burnout door het werk. Met name de term burnout wordt echter vaak lichtvaardig gebruikt. In dit seminar staat het onderscheid en de diagnostiek tussen burnout en overspanning op de voorgrond. Wat is wat, hoe stel je het vast en wat kun je er aan doen

**doelgroep**

Adviseurs, behandelaars en hulpverleners die in hun werk met cliënten met uitval door werkstress te maken hebben.

**doelstelling**

Na de workshop kunnen deelnemers werkstress, burnout en overspanning onderscheiden. Ze kunnen het onderscheid met een eenvoudige vragenlijst vaststellen en enkele resultaat gerichte interventies toepassen.

**inhoud**

in de workshop komen aan bod:

Stressoren in het werk. Taxatie mogelijkheden. Twee soorten interventies.

Overspanning: oorzaken, meet instrumenten en praktische interventies.

Burnout: actuele definitie. Meetinstrumenten. Ontstaansdynamiek en interventie.

**werkwijze**

De workshop is gericht op het vergroten van vaardigheden, kennis en inzicht. Er wordt gewerkt met interactieve presentaties, groepsgesprekken en praktische oefeningen.

[**Bekijk ook het overige zomerRINO aanbod!**](https://www.rino.nl/zomer)