

## 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 over de relatie tussen burn-outklachten en 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 leidinggevenden. 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 leidinggevenden.

## Docenten

Het onderwijs wordt verzorgd door Dr. Giny Norder, bedrijfsarts bij Human Capital Care, gepromoveerd op predictiemodellen bij psychisch verzuim. Praktijkopleider en docent bij de Academy van Human Capital Care.

## Voor wie

Voor bedrijfsartsen, verzekeringsartsen en A&O-psychologen

## Toelatingseisen

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

## Ervaringen

Score in eerdere evaluatie: in 2019 én in 2018 waardeerden deelnemers deze module met een 8,0.

## Rooster

3-3-2020	9:30	12:30	Bijeenkomst	 <a href="https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht">NSPOH-de Dom (10e)</a> <a href="https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht">. (https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht)</a>
3-3-2020	13:00	16:30	Bijeenkomst	 <a href="https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht">NSPOH-de Dom (10e)</a> <a href="https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht">. (https://www.google.com/maps/place/Churchillaan+11+10e%20etage+3527%20GV+Utrecht)</a>

## 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/).

Is deze informatie nuttig? \*



### Startdatum

3 mrt 2020

### Duur

1 dag

### Locatie

Utrecht

### Prijs

€ 410

## 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
- ABC1 voor huisartsen

## Contactpersoon

Heb je een vraag? Neem dan contact op met



### Ypie Lootsma

programma assistent

📞 030-8100504

✉ y.lootsma@nspoh.nl

## Daarom NSPOH

Erkend onderwijs

Persoonlijk en gastvrij

Praktijkgericht en up-to-date

Docenten uit praktijk en wetenschap

## Andere deelnemers bekeken ook

09 dec 2019

**Belastbaarheid bij chronische nierschade en reumatoïde artritis**  
(<https://www.nspoh.nl/belastbaarheid-bij-chronische-nierschade-en-reumatoide-artritis-2/>)

Werk en gezondheid

1/2 dag    Utrecht    € 195

05 feb 2020

**Straling en de gevolgen voor werk**  
(<https://www.nspoh.nl/straling-en-de-gevolgen-voor-werk/>)

Werk en gezondheid

1 dag    Utrecht    € 410

10 feb 2020

**Geneesmiddelen, rijvaardigheid en werk**  
(<https://www.nspoh.nl/geneesmiddelen-rijvaardigheid-en-werk-7/>)

Werk en gezondheid

1 dag    Zwolle    € 515

11 feb 2020

**De overgang en werk** (<https://www.nspoh.nl/de-overgang-en-werk/>)

Werk en gezondheid

1 dag Utrecht € 410

## NSPOH

Bezoekadres Churchillaan 11, 10e etage  
3527 GV UTRECHT

Open in [. \(https://www.google.nl/maps/place/Churchillaan+11+10e+eta+3527+GV+UTRECHT\)](https://www.google.nl/maps/place/Churchillaan+11+10e+eta+3527+GV+UTRECHT)  
Google Maps [ge+ 3527+GV+UTRECHT](https://www.google.nl/maps/place/Churchillaan+11+10e+eta+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>).

(http  
 s://nl.  
 linke  
 din.c  
 om/c  
 omp  
 any/  
 nsपो  
 h-  
 neth  
 erlan  
 ds-  
 scho  
 ol-  
 of-  
 publi  
 c-&-  
 occu  
 patio  
 nal-  
 healt  
 h-).

(http  
 s://w  
 ww.f  
 aceb  
 ook.c  
 om/  
 Neth  
 erlan  
 dsSc  
 hool  
 OfPu  
 blicA  
 ndO  
 ccup  
 ation  
 alHe  
 alth).

(http  
 s://w  
 ww.i  
 nsta  
 ww.y  
 gram  
 outu  
 .com/  
 be.c  
 nsपो  
 om/u  
 r.co  
 h\_ne  
 ser/n  
 derla  
 spoh  
 nd).  
 ).  
 h-).

### NSPOH Kennisupdates (/nieuwsbrief)

E-mail *	<input type="text"/>
Schrijf je nu in!	

© 2019 NSPOH