Workshop Korte inhoud:

Na een korte inleiding rondom kenmerken van vitaliteit en burn-out, wordt aan de slag gegaan met verschillende coach- en gesprekstechnieken om aios met dilemma’s rond balans en risico op burn- out te begeleiden en de flow in werk en opleiding te houden. Tevens wordt aandacht besteed aan de specifieke kenmerken en begeleidingsvragen van millenials.

Doelen:

* Bewustwording wat mensen energie geeft en wat energie neemt
* Kenmerken bevlogenheid vs burn-out
* Begeleidingsgesprek over werk-balans gericht kunnen voeren
* Inzicht in verschillen tussen generaties in bevlogenheid: wat betekent dat in begeleiding
* Balanceren tussen werk en privé: Oefenen met een begeleidingsmodel passend bij millennial vraagstukken