



“Psychosociale risico’s gaan overal schuil en vormen vandaag de grootste risico’s voor de lichamelijke en psychische gezondheid van de werknemers en voor de goede werking van ondernemingen.”

(FOD WASO, ‘Voel je goed op het werk.be’)

Burn-out of wel mentaal opgebrand zijn, het lijkt wel een modewoord dat vlug in de mond wordt genomen. Maar wat is het eigenlijk? Hoe herkennen we dit bij onze collega’ en welke signalen zenden zij uit? Hoe gaan we er als organisatie mee om? En wat na lange absentie, welke re-integratiestrategie passen we toe?

Kunnen we het burn-outfenomeen ‘uitbranden’ of moeten we ons als organisatie enkel richten op handelen als het zich voordoet.

De opleiding Burn it out heeft tot doel om de deelnemers beter te leren omgaan met dit fenomeen binnen de professionele werkomgeving, stil te staan bij de wettelijke vereisten, het herkennen van de problematiek, de nodige informatie en zorg te bieden en het planmatig aanpakken van burn-outpreventie en re-integratie.

De opleiding wordt interactief gegeven door het delen van ervaringen en ideeën met en door alle deelnemers en wordt begeleid door twee ervaringsdeskundigen, een preventieadviseur en een psychotherapeute. Ze is opgebouwd rond de volgende elementen:

- Wettelijke kadering en risicoanalyse rond de 5 A’s
- Inzicht verschaffen in stress en burn-out, oorzaken en actoren
- Signalen en fasen in het burn-outsyndroom
- Alarmfasen en eerste hulp bij mentale problemen
- Re-integratie van werknemers: visie en procedure
- Oefeningen, toepassingen en groepsgesprek rond ervaringen
- Komen tot een planmatige aanpak of procedures voor de werknemers binnen de organisatie
- Dit actieplan kaderen als maatregel binnen de risicoanalyses psychosociale aspecten.
- Take it home

Deze opleiding zal uw bewustwording, reeds verworven ervaring of expertise doen toenemen en uw concrete ideeën en een visie voor een juiste aanpak meegeven. Daarmee kan u zowel binnen uw functie in de organisatie of als in uw privésituatie aan de slag.

	Nederlands
	Bedrijfsleiders, teamleiders, afdelingsverantwoordelijken, leden van de hiërarchische lijn, HR-managers en personeelsverantwoordelijken, preventieadviseurs en VGM/VCA-functionarissen, vertrouwenspersonen en andere geïnteresseerden
	Datum nog te bepalen
	1 dag 
	Plaats nog te bepalen
	25 plaatsen beschikbaar
	Open opleiding: 190 euro/persoon In-company-opleidingen: 1050 euro/dag Vraag vrijblijvend naar de voorwaarden voor opleidingen op maat.
	OPL-attest <i>Burn (it) Out:</i> <i>Omgaan met burn-out op het werk: herkennen, preventie en re-integratie</i>