De In-Company Opleider voor Werkend Nederland

BV&T opleiding & advies

Training Voorkomen van een Burn-Out

Training Informatie

Doel van de Burn-out Preventie Training. Tijdens de meerdere training sessies, welke met u wordt afgestemd met betrekking tot Burn-out (Overspannenheid). Gaan wij samen kijken naar de preventie dreiging en de dreiging bij uw medewerker. Deze punten moeten in kaart zijn, het herkennen en effectief te benoemen is ervoor om uitval te voorkomen. U leert welke signalen van medewerkers kunnen wijzen op een voorstadium van burn-out of ook wel overspannenheid. Via ervaringsoefeningen onderzoekt u hoe deze signalen spelen in úw leven en waar úw gevoeligheden op dit gebied liggen. U leert hoe u de oefeningen in uw eigen coachpraktijk kunt inzetten in de begeleiding van clienten. De oefeningen hebben betrekking op fysieke, psychische, cognitieve, affectieve en contextuele aspecten alle aspecten vragen aandacht bij de begeleiding van cliënten met burn-out gevoeligheid. Het hele systeem is immers uit balans.

Programma

» Intake gesprek, de juiste klik
» Gesprekken inplannen
» Is er de juiste interactie
» Waar spreken wij over overspannenheid of burn-out
» Stress en mentale interventies
» Stress en emotionele interventies
» Stress en zingevingsvraagstukken
» Stress en de invloed van tijd
» Diverse behandelmethoden
» Spanningsklachten
» Wat er wordt behandeld is nog nader overeen te komen.

Resultaat

Door het begeleiden van mensen met verschijnselen van een burn-out of stress en overbelasting, weten wij uit ervaring hoe het herstel in het algemeen verloopt. Omdat wij meestal in een vroeg stadium al trainen weten wij de medewerkers effectief te begeleiden. Een van de regelmatig terugkerende opmerkingen tijdens sessies is de winst van de bewustwording. Met het inzetten van mindfulness kom je weer terug in de realiteit en keert de rust terug. Er kan ook een probleem zijn dat een negatieve invloed heeft op uw leven. Een mentale coach kan u ondersteunen bij het verhogen van prestaties op een specifiek vlak. Maar ook de mentale groei en weerbaarheid op een gezond niveau terugbrengen. Nog een voorbeeld van een persoonlijke training is energiemanagement. Wat zorgt ervoor dat uw energie weglekt naar de verkeerde situaties, hoe krijgt u uw energiebalans terug en krijgt én behoudt u de regie over uw eigen leven.

Aanbieding geldig tot zaterdag 25 mei 2024

Maximaal resultaat

In de training Voorkomen van een Burn-Out vormt ~maatwerk~ steeds het uitgangspunt. Praktijkgerichte oefeningen, opdrachten en rollenspelen vormen de basis van al onze trajecten. Door de unieke juiste match, sluit de onderwerpen in de training direct aan bij uw dagelijkse praktijk. Hierdoor behaalt u meer resultaat na de training. U zult de omgang met de trainer als zeer prettig ervaren.

Voorafgaand aan deze training Voorkomen van een Burn-Out bepalen wij met u het startniveau door middel van een doelstellings of intake gesprek. Ook bespreken wij het beoogde eindniveau met u. Tevens bestaat de mogelijkheid om het niveau van een gehele afdeling of organisatie te laten bepalen of functieprofielen te voorzien van kenniseisen. Hiervoor heeft BV&T een unieke gouden formule ontwikkeld.

Investering

Maatwerk:	altijd
In-Company 1 groep:	3850,-
Deelnemersprijs pp:	178,-
Dag(delen) / uren per sessie:	10 / 2
Totaal:	4028,-

Calculeer uw eigen (groeps)-training
zie www.bvtopleiding.nl

Flexibele agenda/afstemming

Flexibilteit is onontbeerlijk in onze dienstverlening aan u. Onze trainer zal met u samenwerken om de Voorkomen van een Burn-Out in te zetten hoe, wanneer en waar u het nodig hebt. De agenda wordt bijvoorbeeld met onze trainer persoonlijk afgestemd. BV&T kan u breed ondersteunen in bijvoorbeeld: training, gecombineerde leerontwerpen, training voor trainers, onderzoeken (medewerker- tevredenheid) workshops, coaching (persoonlijk of per team) en w.v.t.t.k.

BV&T opleiding & advies
Locatie: In-Company
Telefoonnr: 088-7744333
Mail: fgboerman@bvtgroep.com
Mvrgr, Ingrid Boerman