

OPLEIDINGSFICHE

BURN-OUT

Een derde van de Belgen geeft aan psychosociale problemen te hebben. De mensen die het meest getroffen worden, hebben een leeftijd 25 – 55/65 jaar, hetgeen overeenkomt met de beroepsactieve bevolking. Het kostenplaatje verbonden aan mentaal onwelzijn is bovendien enorm. Het is dus beter om psychosociale problemen op de werkvloer te voorkomen en te behandelen. In deze informatiesessie krijgt u inzicht in wat burn-out is en wat de gevolgen hiervan zijn.

PROGRAMMA <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>In deze infosessie komen de volgende elementen aan bod:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat is burn-out? • Oorzaken en risicofactoren • Gevolgen • Psychofysiologie • Theoretische modellen • Verschil met depressie en angst
AANPAK <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>Deze informatieve sessie geeft u inzicht in burn-out en al zijn aspecten. Op interactieve wijze, maar degelijk onderbouwd gaan we aan de slag met een persoonlijk stress- en burn-outbeleid.</p>
DOELGROEP <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>Deze informatiesessie richt zich tot iedereen die een beter beeld wenst te krijgen over burn-out.</p>
AANTAL DEELNEMERS <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>Onbeperkt</p>
BESCHIKBAAR ALS <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>Deze opleiding is beschikbaar als infosessie, individuele coaching of in company training</p>
PRIJS <hr style="width: 20px; margin-left: 0;"/>	<p>excl. BTW, excl. materiaal- en transportkosten € 513 (3 uur)</p>