



# BURN-OUT BORE-OUT VOOR MANAGERS

## WAT IS HET?

Eén van je werknemers heeft te maken met burn-out. Hoe ga je daar als manager mee om? Hoe vermijd je dat andere werknemers ook in burn-out terechtkomen? En wat doe je wanneer een werknemer na burn-out terug aan de slag gaat?

**Deze training biedt antwoord op alle vragen van managers omtrent burn-out en bore-out.**

## VOOR WIE?

### VOOR MANAGERS DIE WORSTELLEN MET VOLGENDE VRAGEN:

- Wat is een burn-out | bore-out?
- Hoe kan ik het herkennen?
- Hoe reageer ik in de fase ervoor, tijdens, en bij een reïntegratie?
- Wat zijn de do's en don'ts in elke fase?
- Hoe begrijpend en inlevend moet ik zijn?
- Wat mag ik nog verwachten na terugkeer?
- Welke tools kan ik inzetten?

## WAT LEVERT HET OP?

- Je leert symptomen herkennen van verschillende types burn-out en gepast te reageren.
- Een diepgaande analyse van de burn-out case in jouw organisatie.
- Een plan van aanpak afgestemd op jouw case.
- Inzicht in energievretende patronen in jouw team of organisatie en hoe deze te veranderen.
- Tools om jouw preventieve maatregelen gehoor te laten vinden (vb. Hoe zorg ik er voor dat mijn werknemers een pauze nemen?)
- Oplossingen om om te gaan met stress door klanten en externe partijen.
- Tips om het taboe rond burn-out aan te pakken en de drempel te verlagen, openheid te creëren over het onderwerp.

## METHODIEK

### DEZE TRAINING OMVAT 1 DAGDEEL.

Deze training is afgestemd op de noden van de manager. Praktijkgerichte tips en tools worden aangereikt, en waar van toepassing, ingeoefend.