

Opleiding : Burn-outsyndroom voorkomen bij zorgverleners

Praktijkcursus - 3d - 21u00 - Ref. URN

Prijs : 1210 € V.B.

Dagelijks werken met patiënten kan mensen op vele manieren beïnvloeden, ondanks de aanbevolen professionaliteit, competentie en afstand. Daarom herinneren we je er tijdens deze training aan dat het bevorderen van de kwaliteit van leven voor het personeel een garantie is voor kwaliteit voor de patiënten.

Pedagogische doelstellingen

Aan het einde van de training is de deelnemer in staat om:

- ✓ De problemen van burn-out en de gevolgen ervan voor het dagelijks leven begrijpen
- ✓ Inzicht in de nauwe verbanden tussen werkgerelateerde slijtage en het begrip stress
- ✓ Je persoonlijk functioneren in moeilijke situaties analyseren
- ✓ Hulpmiddelen en technieken ontwikkelen om burn-out te voorkomen

Doelgroep

Alle professionals die werkzaam zijn in de gezondheidszorg en medisch-sociale instellingen.

Voorafgaande vereisten

Geen speciale kennis vereist.

Praktische modaliteiten

Leer methodes

Approche pédagogique complétée par une activité d'analyse des pratiques.

Opleidingsprogramma

DEELNEMERS

Alle professionals die werkzaam zijn in de gezondheidszorg en medisch-sociale instellingen.

VOORAFGAANDE VEREISTEN

Geen speciale kennis vereist.

VAARDIGHEDEN VAN DE CURSUSLEIDER

De deskundigen die de cursus leiden zijn specialisten op het betreffende vakgebied. Zij werden geselecteerd door onze pedagogische teams zowel om hun vak kennis als hun pedagogische vaardigheden voor elke cursus die zij geven. Zij hebben minstens vijf tot tien jaar ervaring in hun vakgebied en oefenen of oefenden verantwoordelijke bedrijfsfuncties uit.

BEOORDELINGSMODALITEITEN

De cursusleider beoordeelt de pedagogische vooruitgang van de deelnemer gedurende de gehele cursus aan de hand van meerkeuzevragen, praktijksituaties, praktische opdrachten, ...
De deelnemer legt ook van tevoren en naderhand een test af ter bevestiging van de verworven kennis.

1 De basis leggen voor het burn-outconcept

- Onderscheid maken tussen psychosociale risico's, burn-out, stress en aanverwante concepten.
- Inzicht in het wettelijk kader voor burn-out.
- De tekenen van een burn-out herkennen.

Oefening

Eerste beoordeling van de mate van burn-out.

2 Angstopwekkende situaties herkennen om er effectiever mee om te gaan

- De belangrijkste oorzaken van stress op de werkplek identificeren.
- Inzicht in het polymorfisme en de multifactoriële aard van burn-out.
- Betekenis geven aan stress volgens de bron: extern of intern bij de persoon.
- De stress opsporen die elke professional ontvangt en ondervindt op basis van zijn rol en functie.
- Stress begrijpen vanuit een persoonlijk perspectief.
- Denk na over de gevolgen van stress (fysiek en psychologisch).

Rollenspel

Simulaties gebaseerd op echte situaties.

3 Inzicht in de verschillende manieren om burn-out en stress te voorkomen

- Maak onderscheid tussen de drie preventieniveaus.
- Verminder of beperk stressfactoren.
- Mensen helpen om te gaan met stress, zowel individueel als collectief.
- Zorgen voor mensen met stress of trauma.

Oefening

Opstellen van een overzicht van de verschillende preventiespelers en de beschikbare institutionele instrumenten.

4 Bescherm jezelf tegen burn-out

- Het begrip welzijn op het werk begrijpen.
- Identificeer individuele stresstriggers.
- Gedragsreacties op burn-out toepassen: communicatie, hygiëne, conflicthantering, tijdbeheer, enz.
- Gebruik maken van cognitieve herstructurering, emotiemanagement en andere vormen van mentale respons.
- Implementeer fysiologische reacties zoals ontspanning.

Praktisch werk

Leren hoe te reageren op verschillende stressfactoren en stressmanagementtechnieken. Implementatie van een actieplan om de mentale en fysieke gezondheid te verbeteren en evaluatie van de resultaten.

PEDAGOGISCHE EN TECHNISCHE MIDDELEN

- De gebruikte pedagogische middelen en cursusmethoden zijn voornamelijk: audiovisuele hulpmiddelen, documentatie en cursusmateriaal, praktische oefeningen en correcties van de oefeningen voor praktijkstages, casestudies of reële voorbeelden voor de seminars.
- Na afloop van de stages of seminars verstrekt ORSYS de deelnemers een evaluatievragenlijst over de cursus die vervolgens door onze pedagogische teams wordt geanalyseerd.
- Na afloop van de cursus wordt een presentielijst per halve dag verstrekt, evenals een verklaring van de afronding van de cursus indien de stagiair alle sessies heeft bijgewoond.

TOEGANGSMODALITEITEN EN TERMIJNEN

De inschrijving dient 24 uur voor aanvang van de cursus plaatsgevonden te hebben.

TOEGANKELIJKHEID VOOR MINDERVALIDEN

Is voor u speciale toegankelijkheid vereist? Neem contact op met mevr. FOSSE, contactpersoon voor mindervaliden, via het adres psh-accueil@ORSYS.fr om uw verzoek en de haalbaarheid daarvan zo goed mogelijk te bestuderen.