

Implementatie van een deconnectiebeleid

Balans werk/privéleven

Informatie- en communicatietechnologieën (ICT)

Stress

Telewerk

Werkorganisatie

Psychosociale risico's

CODE PRODUIT

V0517

Thématique

Preventie en beheer van (beginnende) burn-out in de onderneming.

Objectifs

Op aanvraag van een manager:

- People management begeleiden: het team op afstand beheren, werktempo, actief of passief absentisme, omgaan met emoties, het team op afstand blijven motiveren...
- Begeleiden bij het operationeel beheer met eigen moeilijkheden (stress, onrust, prikkelbaarheid, gevoel overstelpt te zijn, aanvoelen van werklast en werkorganisatie...).

Programme

Duur van de sessie: 1u30.

3 tot 5 sessies om te beginnen, aantal sessies te beoordelen tijdens de coaching.

Inhoud van de opleiding:

- **Intake:** (eerste sessie)
 - Bepaalt de doelstellingen (kunnen mogelijk veranderen tijdens het traject naargelang hoe de situatie evolueert en de moeilijkheden die de coachee ondervindt tijdens de coaching).
 - Bepaalt een begeleidingsplan voor de coachee tijdens de coaching. Om de effecten van de coaching te kunnen meten zijn minimaal 3 sessies nodig.
- **Evaluatie van het coachingstraject tijdens de laatste sessie en ten laatste tijdens de 5e sessie, indien vereist:** dan wordt bepaald of het pertinent is de begeleiding al dan niet verder te zetten. Zo ja, wordt het vervolg van de coaching gevalideerd door de klant die bestelt.

Elke sessie werkt rond een specifiek thema dat verband houdt met preventie en beheer van burn-out en eindigt met het bepalen van acties te nemen tussen de sessies door. Deze acties worden tijdens de volgende sessie beoordeeld.

De strikte vertrouwelijkheid van de inhoud van de werksessies wordt gegarandeerd. Elke feedback aan derden gebeurt enkel met het akkoord van de betrokkene.

Méthode

- Theoretische uiteenzettingen.
- Collectieve denkoefeningen en uitwisselingen.
- Rollenspelen.
- Communicatietools.

Public

Managers/HR.