



Burn-out bij leraren

Gemist

Congres

De cijfers zijn schrikbarend: meer dan een kwart van de werknemers in het onderwijs heeft burn-outklachten (onderzoek CBS). Het online lesgeven, de groeiende niveauverschillen en de onzekerheid rondom corona hebben de werkdruk verder vergroot. Vroegtijdige signalering is van groot belang om langdurige uitval te voorkomen. Welke signalen duiden op een te hoge werkdruk, werkstress of een dreigende burn-out? En wat is jouw rol als leidinggevende bij het voorkomen of herstellen van een burn-out?

Signaleer en ondersteun leraren met een (dreigende) burn-out!

Tijdens het plenaire ochtendprogramma komen onder meer signalen, risicofactoren en het aansturen op eigenaarschap aan de orde. In de middag volg je één van onderstaande subsessies:

- A. Ondersteuning bij (dreigende) uitval
- B. Met jouw team in gesprek over werkdruk
- C. Balans tussen werk en privé
- D. Timemanagement
- E. Werkstress herkennen en burn-out voorkomen

Voor wie

Dit congres is speciaal ontwikkeld voor:

- Schoolleiders
- Afdelings- en teamleiders
- HRM-medewerkers
- Personeelsfunctionarissen
- Vertrouwenspersonen

uit het primair, voortgezet en middelbaar (beroeps)onderwijs. Overige geïnteresseerden zijn natuurlijk ook van harte welkom.

Programma

9.45

Ontvangst met koffie, thee en uitreiking congresmap

10.15

Opening en inleiding door dagvoorzitter

Jannie Lammers, senior adviseur, coach en trainer BMC advies

- Werkdruk vanuit verschillende invalshoeken bekeken

10.45

Signaleren van een (dreigende) burn-out

George Smits, psycholoog en mediator Reset Partner

- Wat zijn risicofactoren en oorzaken van werkstress of een burn-out bij leraren?
- Welke signalen duiden op een te hoge werkdruk, werkstress of een (dreigende) burn-out?
- Hoe ga je om met werkdruksignalen op de werkvloer?

11.45

Koffie- en theepauze

12.00

Ondersteuning bieden aan jouw team

Jan van den Hoogen, senior consultant ArboUnie

- Wat is jouw rol als leidinggevende bij het voorkomen of herstellen van een burn-out?
- Wat zijn de stappen van een effectief begeleidingsproces?
- Hoe zorg je ervoor dat je leraren probleemeigenaar worden en blijven?
- Hoe handel je vanuit je leiderschapsrol in plaats van een hulpverlenersrol?

13.00

Verzorgde lunch

14.00 - 16.00

Subsessies

Schrijf je in voor één van de volgende subsessies.

Tijdens de subsessies is er een korte koffie- en theepauze.

A - Ondersteuning bij (dreigende) uitval

Jan van den Hoogen, senior consultant ArboUnie

Je eigen casus als uitgangspunt voor deze subsessie:

- Wat is jouw rol bij een (dreigende) burn-out van leraren?
- Wanneer en hoe schakel je externe hulp in? En wanneer grijp je preventief in?
- Wat is jouw rol bij de re-integratie van leraren? En hoe bepaal je het tempo van dit proces?

B - Met jouw team in gesprek over werkdruk

Jannie Lammers, senior adviseur, coach en trainer BMC advies

- Hoe en wanneer zet je het thema 'werkdruk' op de agenda binnen jouw team?
- Welke werkvormen zet je in om werkdruk bespreekbaar te maken?

C - Balans tussen werk en privé

Elsbeth Teeling, zelfstandig trainer, tekstschrijver en auteur van onder meer 'Mom You Can, meer geluk in werk en moederschap'

- Hoe maak je de worsteling van je teamleden tussen werk en privé bespreekbaar?
- Hoe ondersteun je een teamlid bij wie de balans tussen werk en privé gevaar loopt? En hoe help je keuzes maken?
- Hoe creëer je een cultuur waarbij werk en privé elkaar niet bijten, maar ondersteunen?

D - Timemanagement

Annemieke Schoemaker, werkzaam voor CNV, tevens zelfstandig trainer, coach en auteur van onder meer 'Van werkdruk naar werkplezier'

- Welke middelen zet je in om je teamleden te versterken in hun timemanagementvaardigheden? En welke aanpak past bij welke collega?
- Hoe ondersteun je leraren bij het ontwikkelen van hun timemanagementvaardigheden?
- Hoe help je jouw team om tijd en energie te bespreken binnen hun takenpakket?

E - Werkstress bij leraren herkennen en burn-out voorkomen

George Smits, psycholoog en mediator Reset Partner

- Welke reactiepatronen leiden tot werkstress?
- Hoe help je leraren met het loskomen van patronen?
- Wat kun je als leidinggevende bijdragen aan het verminderen van werkstress bij leraren?

Spontane quotes

Goede bijeenkomst met nuttige handreikingen.



Praktische Informatie



Datum

Woensdag 19 januari 2022



Kosten

Naast toegang tot het congres krijg je:

- ✓ handouts met de presentatie van de sprekers
- ✓ een persoonlijk certificaat van deelname
- ✓ de hele dag koffie, thee en versnaperingen
- ✓ een uitgebreide lunch

De prijs bedraagt 395 ex btw per persoon. Kom je met een groep, dan is iedere **5e deelnemer gratis**.



Adres

Carlton President

Floraweg 25

3542 DX Utrecht



Locatie en parkeren

Carlton President, Utrecht

Carlton President ligt op ongeveer 10 minuten afstand van station Maarssen. Je kunt vanaf station Maarssen bus 73 nemen en uitstappen bij halte Zonnebaan. Vanaf daar is het nog 4 minuten lopen naar de locatie. Parkeren kan gratis op het terrein.

[Download routebeschrijving](#)



Certificaat

Je ontvangt na afloop een certificaat van deelname, dat je kunt downloaden via je [Profielpagina](#).

Deze bijeenkomst is gevalideerd door Lerarenportfolio voor 5 studiebelastingsuren, onder aanbodcode 00601-03784

Urenverdeling naar inhoud

Vakinhoudelijk	-
(Vak)didactisch	-
Pedagogisch	5 uur
Overig	-