



MASTER BURN-OUT COACH

preventief en curatief burn-out en bore-out begeleiden

Centrum Open Mind
Bredestraat 11-13
9920 Lovendegem (Gent)
www.centrumopenmind.be





BURN-OUT BORE-OUT

Iedereen kent wel iemand in zijn omgeving die een burn-out heeft gehad. Meer nog vaak is het zelfs een soort status-symbool geworden. Als je een burn-out krijgt, is dat toch wel de ultieme erkenning dat je teveel gewerkt hebt, niet? Het probleem ligt echter een stuk dieper. Onze “steeds meer” maatschappij komt aan zijn limieten. We kunnen niet steeds meer. Het meer moet ergens vandaan komen. We kunnen niet langer “steeds meer”..., onze bronnen zijn uitgeput.

Bij een Burn-out is een volledige onbalans ontstaan waardoor plots niets meer werkt. Bij het minder gekende broertje bore-out staan verveling en zinloosheid voorop. Velen kennen de slingerbeweging tussen burn-out en bore-out.

Mensen coachen en begeleiden die geen reserves meer hebben, is een vak apart. Dit pak je niet zomaar aan door hen te zeggen wat ze moeten doen. Ze kunnen immers niet meer!

Open Mind heeft reeds jaren ervaring met alle soorten vormen van stress-bestrijding. Van coaching tot relaxatie, therapie tot een sessie bij de psycholoog.

We hebben dan ook met ons team een succesvol stappenplan uitgewerkt voor burn-out / bore-out. Dit plan is zowel **curatief als preventief**. Het gaat hier niet over een pleister op de wonde, maar over een aanpak op een diepere laag.

1 - WAT IS BURN-OUT | BORE-OUT

We starten de opleiding met het verschil uit te leggen tussen een burn-out en een depressie. Velen gooien die twee signalen op een hoop, doch er is een belangrijk wezenlijk verschil en de behandeling is dan ook totaal verschillend. Bij depressie helpt bv medicatie, maar bij burn-out zal coaching een beter effect hebben.

Je ontdekt de diepere dynamieken achter de burn-out en leert het juiste advies geven.

2 - VOOR DE WERKGEVER

EIGEN CHECKLIST

Wij hebben een voor de werkgever handige lijst gemaakt die in kaart brengt hoe burn-out-gevoelig een bedrijf is. Ons onderzoek gaat een stukje verder dan de klassieke vragen en heeft ook aandacht voor leiderschap, communicatie, HSP en meer.

TIPS EN ADVIES BIJ BURN-OUT

Onze tips zijn eenvoudig en goedkoop of kosteloos te implementeren. Ze zijn getest in de praktijk en voldoen aan de systemische wetmatigheden en de basisnoden van de mens waardoor ze leiden tot meer harmonie, minder stress en snel resultaat.

3 - VOOR DE PERSOON

UNIEK EIGEN 4-STAPS PROGRAMMA

Uit onze jarenlange ervaring hebben wij een stappenprogramma ontwikkeld om burn-out aan te pakken, zowel preventief als curatief. De behandeling helpt in meer dan 90% van de gevallen!

DE VRAGENLIJSTJES

Wij hebben aan de hand van onze visie op burn-out, samen met een groep mensen die burn-out gehad hebben een efficiënte vragenlijst ontwikkeld. Deze lijst is een aangewezen middel voor diagnose en behandeling.

TIPS EN ADVIES BIJ BURN-OUT

Je krijgt als master toegang tot ons internetplatform met een dagelijks groeiende lijst met praktische tips die werken. Op die manier geef je je klanten steeds het meest geschikte en recente advies.



VOOR WIE?

Voor begeleiders en coaches.

Voor dit programma is een basis van coaching skills nodig. Kennen we jou uit een vorige opleiding, dan kan je direct instappen. Kennen we jou niet, dan doen wij graag een telefonische intake.

We werken met een groep PRO's die het materiaal gaan doorgeven. Kom je voor je eigen burn-out of bore-out, dan volg je beter de avondgroep.

Deze opleiding is vooral een leer-opleiding waarin het lesmateriaal burn-out en bore-out doorgegeven wordt. Er worden weinig of geen persoonlijke sessies gedaan, hoewel het materiaal wel telkens voorgetoond en geoefend wordt. Heb je reeds een Opleiding in Open Mind gevolgd, dan is er geen probleem. Voor andere mensen kan het af en toe wat pittiger worden.

PRAKTISCHE INFORMATIE

De Burn-Out Master wordt in 4 dagen gegeven.

Deze opleiding wordt twee keer per jaar gegeven. Informeer je via de website voor concrete gegevens over data en prijzen.



Leerplatform: Cursusmateriaal, video's en support is via het online leerplatform beschikbaar.

Begeleiding: Serge Van Gampelaere

Certificaat: Na de reeks krijg je een certificaat van deelname met vermelding van de aangeleerde technieken en benaderingsmethodes.

40% korting: via de KMO-portefeuille

Info en Registratie: via de website, mail of telefoon

WAAROM KIES JE VOOR ONS?

Meer dan 15 jaar ervaring met relaxatie, depressie en burn-out

In onze kinépraktijk en tijdens sessies met onze psychologen, werken wij reeds lange tijd met deze problematiek en weten wat werkt.

Voor werkgevers én werknemers

Met ons programma leer je advies geven aan bedrijven om burn-out te voorkomen én kan je mensen met een burn-out persoonlijk begeleiden.

Preventief én curatief

Een burn-out kan je zien aankomen. Als je die tijdig aanpakt voorkom je heel wat problemen.

Burn-out en Bore-out

Onze benadering werkt ook voor bore-out. Door deze totaalaanpak voorkom je hervallen.

Psychologen, kinesisten, therapeuten en coaches

Bij ernstige problemen kan je je klant doorverwijzen naar één van onze gediplomeerde zorgverstrekkers.

Open Mind

Bredestraat 11-13
9920 Lovendegem

+32 9 370 80 72

info@centrumopenmind.be

www.centrumopenmind.be

www.openmindbusiness.be

BE 0740.379.917

ISO 9001 certified

Door de Vlaamse Overheid erkend

opleidingsinstituut onder nr DV.O105244

