

>>> www.ifbd.be/nl/management-opleiding

>>> WRITER'S CLASS

nieuw
programma !

2019

De anti burn-out workshop voor leidinggevenden

Creëer rust in uw organisatie
en vermijd stress, sleur en burn-out



INCLUSIEF VOOR
ELKE DEELNEMER



Unieke & inspirerende workshops
over leiderschap, management
en communicatie.

Onder de deskundige leiding van:

Bart Flos

Directeur

BART FLOS VERANDERADVIES



IFBD

Institute for Business
Development

DE ANTI BURN-OUT WORKSHOP VOOR LEIDINGGEVENDEN

WRITER'S CLASS



Waarom deze writer's class?

BESTAAT DE PERFECTE WERKWEEK?

We verlangen allemaal naar de perfecte werkweek. Zo'n week dat alles 'normaal' is, rustig, geen drukte, geen problemen, geen sleur, geen stress en niemand klaagt. Geen lastige klanten, bazen, collega's of medewerkers. ICT doet haar ding, niets files en iedereen kan op tijd naar huis ... Klinkt dat bekend?

UW MEDEWERKERS ZIJN UW GROOTSTE TROEF

Helaas, die 'perfecte werkweek' bestaat niet. Daar zorgen onze veranderde organisaties wel voor. En toch gaat de ene medewerker met een knoop in zijn maag naar het werk terwijl de ander dat vrolijk fluitend doet. Hoe komt het dat sommigen de minuten van elk uur aftellen terwijl anderen uren tekortkomen? We maken het onze medewerkers (en onszelf) graag lastig en moeilijk. Leer daarom als leidinggevende de verschijnselen van sleurstress herkennen en voorkom een bore-out of burn-out. Herken of uw team last heeft van een versuffende saaiheid, sluipende overbelasting of slepend overwerk. Met deze training ontdekt u hoe u uw team weer plezier geeft in hun werk. En u in het uwe ... Maar hiervoor moet u echter weten wat uw medewerkers echt motiveert en wat ze beweegt. Uw medewerkers zijn immers uw grootste troef.

ONDERBELASTING VERSUS OVERBELASTING: KEN DE GRENS

Presteren uw medewerkers ook beter als er af en toe wat druk op de ketel staat? Komen de beste ideeën van uw team als de deadline schrikwekkend nadert? Lossen de meeste problemen zich op als het project net wel of niet over tijd gaat? Maar hoe bepaalt u als leidinggevende die grens? En vooral, wanneer dwingt u uw werknemers erover? Hoe balanceert u tussen te weinig, net genoeg en te veel?

BALANCEREN KUNT U LEREN: TIEN TIPS & TRUCS VOOR MEER RUST EN RUIMTE OP DE WERKVLOER

Medewerkers doen niet altijd wat wij willen. Dus eisen wij steeds maar meer van onze teams. Maar hoe komt het dat wij met al onze processen, systemen en computers niet voortdurend succesvol zijn? Waarom hebben ook teams een grens en hoe vindt u die grens?

DRUKTE, SLEUR EN STRESS – ZOEK DE BALANS

Op het einde van deze dag weet u weer wat werk is, waarom u doet wat u doet, waarom uw medewerkers doen wat zij doen en waarom dat per definitie leidt tot pieken en dalen, misverstanden en problemen.

Tegelijkertijd vergroot uw probleemoplossend vermogen want u herontdekt de werking van het samenwerkende, menselijke brein en u doorziet het verband tussen drukte, sleur en stress. Dat brengt niet alleen het inzicht, uitzicht en overzicht weer terug maar het herstelt ook de balans binnen uw afdeling of organisatie.

DE WRITER'S CLASS

Unieke & inspirerende workshops over leiderschap, management en communicatie.

"Het anti sleur boek" maakt deel uit van de Writer's Class.

Het IFBD selecteert voor u de beste managementboeken, maar ook de beste schrijver-trainers.

Na deze Writer's Class gaat u uitgedaagd, gemotiveerd en geïnspireerd terug aan de slag met nieuwe inzichten, nieuwe energie en nieuwe haalbare doelstellingen.

Uw schrijver-trainer



Bart Flos

Uw toptrainer Bart Flos schreef één van de best verkochte managementboeken van de afgelopen jaren: 'Het Anti -klaagboek – Eerste hulp bij zeuren en zaniken'; inmiddels in zevende druk verschenen. Als logisch vervolg schreef hij 'Het Anti -sleurboek – Eerste hulp bij baanbalen en ander werkbederf' en daarna volgde al snel 'Het Perfecte Project – De mens als sleutel tot succes'.

Flos is een levendig en enthousiast trainer, inspirator en docent. In zijn verhalen bundelt hij een solide theoretisch fundament met 25 jaar ervaring als project-, verander- en crisismanager. Het resultaat: een overdaad aan goed onderbouwde en toch zeer praktisch toepasbare eye-openers die u al lachend aan het denken zetten. Hij doet niet alleen een beroep op uw bewustzijnsvermogen maar stimuleert tegelijkertijd uw persoonlijk leiderschap.

Vanuit zijn bedrijf Bart Flos Veranderadvies houdt Flos zich naast schrijven, trainen en inspireren ook bezig met coachen, veranderadvies en crisismanagement.

Onze opleidingen in primeur?



Volg ons! @IFBDupdate





INLEIDING: WAAROM WERKEN WE?

- Even een stapje terug: waar komt werk, management en leiderschap vandaan?
- Over arbeid, beloning, arbeidsovereenkomst en samenwerkingsverband.
- Het Vlamboogprincipe©: de cadans in balans.

BLOK 1: UITERSTEN: ONDERBELASTING VERSUS OVERBELASTING / BORE-OUT VERSUS BURN-OUT

- Over sleurparadoxen en de Sleurcurve©.
- Pieken en dalen zijn onvermijdelijk: balanceren is de kunst.
- Over werkverslaving, leiders en volgers.

BLOK 2: STRESS: DE GROTE GEMENE DELER EN DE KRACHT VAN HET OPTIMUM

- De Stresskromme© en het Drukteverband©.
- Ernstig werkbederf: feiten over stress en overwerk.
- Over moderne slavernij en collectieve normverlaging: waarom doen we elkaar de hele tijd na?

BLOK 3: HOE BEVINGSBESTENDIG ZIJN UW MEDEWERKERS?

- Overbelasting: een gewiekste sluipmoordenaar .
- Meten is weten: de Workaholic Test© en de Persoonlijke Schaal van Richter©.
- Hoe werkt de medewerker? Wat is loyaliteit? Ken het brein en u kent de mens!
- Wegwijzer voor Workaholics©: organiseer de energiehuishouding op de werkvloer.

BLOK 4: BALANCEREN KUNT U LEREN: DE ANTI BURN-OUT – U BENT AAN ZET

- Gesprekken met uw medewerkers: wat is hun grens en wanneer dwingt u hen erover?
- Spiegelen met collega's, uw baas en uw personeelsmanager.
- Nieuw! Denktanken met Breinkracht© en uw Persoonlijke Project: de werkvloer in balans.

BLOK 5: SAMENWERKEN 3.0

- Doorbreek de sleur van de werkdag: af en toe uit evenwicht helpt bij het koorddans.
- Het Anti-sleurbwadrant©: welke positie nemen uw medewerkers in?
- De win-win situatie voor manager en medewerker: uiteindelijk willen we allemaal hetzelfde.
- Stress-reducerende tips & trucs voor iedereen: de Balanstest© en de Fit of Futloos Test©.

HET ANTI SLEUR BOEK



INCLUSIEF VOOR
ELKE DEELNEMER

De misvattingen en clichés over drukte, sleur en stress ...

'Drukke is nooit een sleur. Toch? Hoe drukker u het krijgt hoe meer stress. Geen drukte, geen stress. Toch? Helaas, was het maar zo simpel. De sleurmedaille heeft twee kanten: onderbelasting en overbelasting. U belandt dus net zo goed in een sleur door chronische drukte als door voortdurende verveling. Beide veroorzaken stress, beide zijn ongewenst en ongezond. Het begint met baanbalen en gaat van jobtobben via ellendewentelen naar sleurstress. Aan het einde van die lijn liggen bore-out en burn-out. Daar waar de onderbelaste manager een luxe probleem lijkt te hebben zit de overbelaste manager vast in de slijk. In dit programma leert u hoe u hier uit kunt stappen.'

Bart Flos – Verandermanager & -coach

VERLOOP WRITER'S CLASS:

08.30	Ontvangst, registratie & koffie.
09.00	Start van de writer's class (met voorstelling van de docent).
12.30	Lunch.
17.00	Einde van de writer's class..

Zowel in de voor- als namiddag wordt een korte (koffie-)pauze gehouden.

