

Is “*gewoon je werk doen*” dan niet goed genoeg?

Quit Quiet Quitting

Of hoe vermijd je dat je medewerkers mentaal afhaken ...

- > Hoe vermijd je dat medewerkers mentaal afhaken?
- > Hoe herken je de quiet quitters in je team?
- > Hoe counter je quiet quitting met intrinsieke motivatie?

Onder de deskundige leiding van:

Joke De Clercq

Psycholoog - Coach - Keynote Speaker - Trainer
BETTER MINDS AT WORK

Welzijnsmedewerker - Vertrouwenspersoon
UNIVERSITEIT GENT



Waarom dit programma?

Precies doen wat er in je taakomschrijving staat maar zeker niet meer. Niet vroeger dan stipt om negen uur beginnen en om één na vijf je laptop weer dichtklappen. Een werk-leven balans die steeds vaker doorstaat naar leven ...

Quiet quitting lijkt vooral bij jongere werknemers een trend te zijn. Zij weigeren hun hele leven in dienst te stellen van hun werk of carrière en doen daarom alleen het broodnodige. En haken mentaal af ... Maar hoe pak je dit nu aan als leidinggevende? Als team leader? Als HR? Hoe zorg je voor intrinsieke en duurzame motivatie van je team? Hoe vermijd je dat je medewerkers of teamleden mentaal afhaken? Hoe maak je quiet quitting bespreekbaar?

In deze workshop leert onze expert-docente Joke De Clercq hoe je quiet quitters herkent maar vooral hoe je hen ook terug meeneemt in jouw verhaal.

VERSTERK DE INTRINSIEKE MOTIVATIE VAN JE TEAM

De werkvloer is nog nooit zo wankel geweest. In de Verenigde Staten zette de Great Resignation vele bedrijven op hun kop. En wat tijdens en na Covid op TikTok uitmondde tot quiet quitting en viraal ging, is ook hier steeds meer voelbaar op onze werkvloer: medewerkers die stilletjes afschakelen en uitfaden, nog net het hoognodige doen om niet in de problemen te geraken en op het einde van de maand hun salaris kunnen ontvangen. Sommigen zijn al volledig afgehaakt, sommigen doen net genoeg en zijn nog moeilijk vooruit te branden ... Maar allen hebben ze de ambitie verloren om uit te

blinken in hun rol of functie. Hun motivatie is zoek. Hun betrokkenheid is verdwenen.

LOUD QUITTING VERSUS QUIET QUITTING

Maar waarom is de ene een quiet quitter en de andere een loud quitter? Waarom is de ene persoon sneller gedemotiveerd dan de andere? En is quiet quitting trouwens besmettelijk? Of leeftijd gebonden? En hoe verhoudt quiet quitting zich tot het recht van disconnectie? De werk-leven balans? Maar vooral: hoe betrek je hen terug bij je team? Het project? De organisatie?

BREININZICHT & NEUROPLASTICITEIT: BEGRIJP DEMOTIVATIE

In deze workshop vertaalt onze docent neurowetenschappelijke inzichten naar uw praktijk. Laat je mee onderdompelen in de wonderde wereld van de neuroplasticiteit en vergroot daarmee de impact op je eigen motivatie én die van je medewerkers. Zo groei je van weten naar kunnen en van denken naar doen.

CREËER EN BEHOUD DE INTRINSIEKE MOTIVATIE VAN JE TEAM

Deze workshop belicht eveneens enkele impactvolle hefbomen die intrinsieke motivatie opkrikken én behouden. Op het einde van de dag neem je concrete handvatten mee naar huis waarmee je daags nadien concreet aan de slag kan, om de motivatie bij teamleden te versterken of het tij te doen keren bij (vermoeden van) quiet quitting.

Een must voor elke organisatie! Activeer het potentieel van ieders motivatie en maak het menselijk kapitaal van je bedrijf veerkrachtiger!

De docent



Joke De Clercq (Master in de Klinische Psychologie, Universiteit Gent) werkt meer dan twintig jaar in de klinische sector en heeft daarmee een dijk aan ervaring. Ze is verbonden als welzijnsmedewerker aan de Universiteit Gent en runt haar eigen praktijk als psycholoog en coach. Ze steunt op een jarenlange praktijkervaring en geeft bij Better Minds at Work lezingen, trainingen en workshops over onderwerpen zoals het brein, motivatie en grensoverschrijdend gedrag. Ze weet iedereen ermee te raken en in actie te zetten.

Haar passie? Het delen van tal van inzichten over de werking van de hersenen en de impact op het gedrag op de werkvloer én hoe je met die inzichten op zak eigen gedrag en dat van je teamleden gigantisch veel meer kan bepalen.

Verhoogde interactiviteit

De deelnemers krijgen uitgebreid de kans om hun eigen problematiek ter sprake te brengen. Om dit te realiseren, vragen wij op voorhand een beknopte beschrijving van de probleemstelling te formuleren. Op die manier kunnen wij de cursus volledig opstellen volgens uw eigen informatiebehoefte.

U kunt hiervoor steeds contact opnemen met **Dirk Spillebeen** op het nummer:

+32 50 38 30 30 (e-mail: dirk@ifbd.be).



Programma

QUIET QUITTING DEEP DIVE

- ◆ Wat is het en wie zijn het?
- ◆ Wat zeggen de cijfers?
- ◆ Hoe herken je het?
- ◆ Wat zijn de risico's (korte én lange termijn)?
- ◆ En hoe verhoudt zich dat tegenover een burn-out?

QUIET QUITTING ANTIDOTE: INTRINSIC MOTIVATION

- ◆ Wat is het?
- ◆ Welke breinzichten helpen om (de)motivatie te begrijpen?
- ◆ Hoe boor je als leidinggevende intrinsieke motivatie aan?
- ◆ Hoe vind je intrinsieke motivatie in dagelijkse activiteiten?

QUIET QUITTING CALL FOR ACTION

- ◆ Wat zijn belangrijke kapers van intrinsieke motivatie?
- ◆ Wat bij (vermoeden van) Quiet Quitting?
- ◆ Hoe maakt je Quiet Quitting bespreekbaar?

EN NU JOUW TEAM ...

- ◆ Wat neem je mee naar jouw werkplek?
- ◆ Concreet actieplan voor het vergroten van intrinsieke motivatie in je team.
- ◆ Quit quiet quitting: en nu aan de slag!



Timing cursus

- 08.30 Ontvangst, registratie met koffie/thee.
- 09.00 Start van de trainingsdag (met voorstelling docent)
- 12.30 Lunch
- 17.00 Einde van de cursusdag.

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

Quit Quiet Quitting

2024

> **Datum & locatie:** zie hiertoe onze website www.ifbd.be

> **Kostprijs:** € 795 (excl. BTW)

>>> INSCHRIJVEN

<p>E-mail: info@ifbd.be</p>  <p>klik hier</p>	<p>Via onze website: ifbd.be</p>  <p>klik hier</p>	<p>Via QR:</p> 	<p>Telefoon: 00 32 50 38 30 30</p>  <p>Voor meer informatie omtrent uw inschrijving ...</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

>>> INSCHRIJVINGSMODALITEITEN

De deelnameprijs aan dit 1-daagse programma bedraagt **795 Euro** excl. 21% BTW. Dit bedrag is inclusief koude/warme dranken en een uitgebreide lunch tijdens de cursusdag. U ontvangt bovendien een **documentatiemap** die u als naslagwerk kunt raadplegen. Los van de eventuele subsidiëring van de Vlaamse Overheid (zie verder) geeft het IFBD per extra deelnemende collega **5% extra korting** op het **totaalbedrag** met een maximale **korting van 20%** (= 5 deelnemers of meer).

Na ontvangst van uw inschrijving krijgt u een **deelnamebevestiging** en een factuur. Een tweetal weken voor de cursus ontvangt u een **herinnering met nog enige praktische informatie** en een **routebeschrijving**.

DE VLAAMSE OVERHEID INVESTEERT IN OPLEIDING: TOT 30% KORTING!

Het **IFBD** is erkend als **gecertificeerd opleidingsinstituut**. Dit maakt dat u onze trainingen gedeeltelijk kunt betalen met de subsidies toegekend door de Vlaamse Overheid via het systeem van de "KMO-portefeuille". Indien uw bedrijf voldoet aan de vooropgestelde criteria kan u tot 30% besparen op de opleidingskost. Meer informatie omtrent het systeem kan u vinden op de website van de Vlaamse Overheid: www.kmo-portefeuille.be.

Annulatie.

We begrijpen dat andere prioriteiten kunnen optreden tussen uw inschrijving en de cursus. Indien wij minstens **2 weken voor de cursus** uw annulatie ontvangen zoeken we samen met u naar de beste oplossing. **Minder dan 2 weken voor de eerste cursusdag** bent u ons het integrale bedrag verschuldigd en wordt mogelijks een administratieve kost (€ 75) aangerekend. Wij zijn uiteraard steeds verheugd een collega te mogen verwelkomen in uw plaats.

HOTELOVERNACHTING OP DE LOCATIE VAN DE TRAINING

U kan op onze diverse trainingslocaties veelal een overnachting boeken om de cursus op een ontspannen manier te kunnen aanvangen en/of af te sluiten. Meer informatie hieromtrent vindt u op onze website of via volgende link: www.ifbd.be/nl/over-ons/algemene-voorwaarden

IFBD-DATABASE & GDPR

We houden u graag op de hoogte van de laatste evoluties binnen uw sector. Daarom hebben we uw gegevens opgenomen in onze database. Uw informatie is voor eigen gebruik, wordt beveiligd en nooit aan derden doorgegeven. Hiertoe nemen we alle nodige maatregelen. Te allen tijde heeft u - overeenkomstig de wet "verwerking persoonsgegevens" van 8/12/1992 en de "AVG-reglementering" van 24/5/2016 - recht op inzage, wijziging of verwijdering van uw gegevens. Meer informatie via onze webpagina www.ifbd.be/nl/GDPR of via e-mail: DPO@ifbd.be.

ALGEMENE VOORWAARDEN

Op onze website op de pagina ifbd.be/nl/over-ons/algemene-voorwaarden vindt u al onze modaliteiten terug.