

Hypnose bij Burnout

Hoe compassion satisfaction behouden
en wat te doen bij burnout?
Preventie en therapie.



Lesgever

Nicole Ruyschaert

Dr Nicole Ruyschaert is psychiater-psychotherapeut, hypnosedeskundige, opleider en supervisor hypnose, Ericksoniaanse hypnose en psychotrauma. Zij is EMDR practitioner, solution-focused therapeute en CBT-therapeute. Zij is past-president van ESH en VHYP, bestuurslid van VHYP en ISH International Society of Hypnosis. Naast een langdurige ervaring in klinische praktijk, geeft ze opleidingen en supervisie in hypnose in binnen- en buitenland. Zij geeft op talrijke internationale congressen opleidingen, lezingen en workshops over hypnose, zowel in diverse Europese landen als ook in de USA, Canada, China en Iran.

Samenvatting

Burnout lijkt wel een epidemie of pandemie waarbij alle beroepen burnout riskeren. Je krijgt een overzicht van alarmsignalen en risicofactoren van burnout en ervaart hoe 7 sleutelementen die je met hypnose opbouwt of versterkt een buffer vormen en preventief werken. Behandeling van burnout volgt een hypnotische strategie waarin 7 stappen de cliënt voorbereiden op werkhervatting of reoriëntering.

Methodiek

Theoretische info, literatuurpakket, slides met theoretisch overzicht en praktijk, strategie voor aanpak, scripts voor oefeningen, dvd en live- demo, ervaringsgericht werk. Zelfreflexie.



Datum en tijd

Vrijdag 1 oktober 2021
9:30 - 17:00



Locatie

Online
De digitale deuren gaan open
om 09:00 uur



Prijs en accreditering

Leden 120 euro
niet-leden 150 euro.
Inschrijving via de website
Accreditering voor artsen is
aangevraagd



Inhoud

Burnout lijkt wel een epidemie of pandemie: statistieken tonen verontrustende cijfers. Niet enkel hulpverleners (met artsen aan de top) maar alle beroepen riskeren burnout. De workload, onvoorspelbaarheid, gebrek aan steun, competitie in plaats van coöperatie, verlies van zingeving zijn slechts enkel factoren die bijdragen tot professionele uitputting. Je krijgt een overzicht van alarmsignalen en risicofactoren van burnout op individueel niveau en op niveau van de organisatie. Preventie is de beste therapie. Je krijgt informatie en ontdekt hoe je via hypnose 7 sleutel elementen die een tegengewicht vormen kan mobiliseren en versterken: Hypnose, Flow, Engagement, Utilisatie, Veerkracht, Hulpbronnen, Imaginatie. Bij elk element volgen oefeningen op een beschrijving. In de behandelingsstrategie van burnout volgen we een 7-stappen plan waarin aan bod komen:

1. Uitputting en stress
2. Lichamelijke klachten
3. Affectmanagement
4. Egoversterking, herstel zelfwaardegevoel, persoonlijke bekwaamheid
5. Motivatie toename - positief engagement
6. Toekomstige confrontaties (eventueel doorwerken traumatische ervaring)
7. Relapspreventie:

Bij elk element komen hypnose methoden aan de orde. Risicofactoren zoals traumatiserende ervaringen, pesterijen, persoonlijkheid, familiale conflicten, conflicten door onevenwicht tussen werk- privéleven worden geïdentificeerd. Hier verken je specifieke hypnose-toepassingen om conflicten te verkennen en een uitweg te vinden.

Leerdoelen

Na deze module ben je in staat om :

1. De risicofactoren op individueel en organisatorisch niveau te herkennen
2. Een behandelingsstrategie op te stellen voor herstel van burnout
3. Suggesties, metaforen en hypnotische methoden in je herstelplan te implementeren
4. Cliënten voor te bereiden op werkhervatting met hypnose methoden voor affectregulatie en de gewenste coping methoden in te oefenen
5. Eigen risicofactoren op "compassion fatigue" en burnout te herkennen en zelfregulatie methoden in je dagelijks leven in te voegen om meer "compassion satisfaction" te genereren.



Datum en tijd

Vrijdag 1 oktober 2021
9:30 - 17:00



Locatie

Online
De digitale deuren gaan open om
09:00 uur



Prijs en accreditering

Leden 120 euro
niet-leden 150 euro.
Inschrijving via de website
Accreditering voor artsen is
aangevraagd