



BIJSCHOLING

Vertrouwenspersonen: zelfzorg

Voordelen

✓ **Gevormde vertrouwenspersonen:**

- Kunnen op een professionele manier een laagdrempelige en tegelijk cruciale rol vervullen binnen de organisatie door het bieden van snelle opvang aan medewerkers in een conflictsituatie.
- Kunnen zorgen voor het verhogen van het psychosociaal welzijn van medewerkers binnen de organisatie en op die manier klachten beperken of verminderen.

✓ **Vertrouwenspersonen die zich regelmatig bijscholen:**

- Zullen zich nog beter bekwaam voelen om perspectief aan te bieden door het delen van ervaringen met andere vertrouwenspersonen, stilstaan bij de eigen grenzen en het verder aanscherpen van vaardigheden die belangrijk zijn bij het voeren van gesprekken.

Doelstellingen

- Oprfrissen en bijspijkeren van de kennis op een continue wijze.
- De vertrouwenspersoon helpen bewust te worden van zijn/haar eigen krachten en mogelijke valkuilen.
- Vertrouwenspersonen helpen hun grenzen te stellen zodat ze op een niet belastende manier hun rol als vertrouwenspersoon kunnen opnemen.

De bijscholing wordt gegeven en begeleid door ervaren preventieadviseurs op wie uw vertrouwenspersonen later beroep kunnen doen voor advies of begeleiding.

- De **bijscholing zelfzorg** is een module van een halve dag.
- De opleidingen worden binnen het open opleidingsaanbod aangeboden. Eventueel kunnen deze in (grotere) bedrijven in-company worden georganiseerd.

Wijze van uitvoering

De bijscholing biedt inzicht en praktische tools om als vertrouwenspersoon bewust te worden van je eigen krachten en mogelijke valkuilen.

Tijdens deze module wordt niet alleen de principes van zelfzorg duidelijk gekaderd, daarnaast leren we ook uit de ervaringen van anderen en gaan we zo praktisch aan de slag met een eigen actieplan om zo ons eigen grenzen beter te bewaken en te groeien in onze rol als vertrouwenspersoon.

Resultaat

De vertrouwenspersonen voelen zich bekwaam om de taak op zich te nemen en kunnen op een succesvolle manier medewerkers die zich in een conflictsituatie bevinden opvangen en helpen.