

Opleiding tot SET-expert

Een specialisatie voor coaches en adviseurs in het voorkomen van overbelasting en burn-out in organisaties

Psychisch verzuim stijgt, ondanks pogingen om de veerkracht van werknemers te vergroten. Het voorkomen van mentale overbelasting is een uitdaging. **Wetenschap onderstreept de noodzaak van een integrale aanpak, waarbij de unieke werk- en privécontext van de werknemer centraal staat.**



De Stress Ervarings Tool (SET)

Is een effectieve tool om werknemers en organisaties te **helpen de oorsprong van hun specifieke stressbeleving te achterhalen**. De SET, gebaseerd op de meest recente wetenschappelijke inzichten, biedt cruciale **inzichten in het mentale energieverbruik**.

Voor meer informatie over deze nieuwe, betrouwbare en gevalideerde tool, verwijzen wij naar de 'Informatiebrochure Stress Ervarings Tool'.

Wil je werknemers concrete strategieën bieden om evenwichtig te leven en presteren, en zo stress te voorkomen? Wil je je als expert richten op het faciliteren van diepgaande gesprekken over dit complexe en fascinerende onderwerp in organisaties?

Word SET-expert!

In deze opleiding ontwikkel je de kennis en vaardigheden om individuen te begeleiden in gezond en effectief energiebeheer, om klachten als vermoeidheid en overbelasting te voorkomen. Je leert ook hoe je de context kunt aanpakken, waardoor het mentaal versterken van teams en organisaties de prestaties op alle niveaus zal verbeteren.



Ontdek de kracht van de SET-opleiding

Als SET-expert heb je dé sleutel in handen om samen met de werknemer van een verdiepende analyse naar een gerichte coachvraag en een effectieve aanpak te komen

- **Verdiep je in de SET:** Leer deze weloverwogen in te zetten en verkrijg een diepgaand inzicht in de energietoestand van een werknemer, team of organisatie.
- **Toepassing van de SET:** Ontdek hoe je de SET kunt toepassen in jouw begeleidingstrajecten en welke interventies bijdragen aan evenwichtige presteren.
- **Communicatie en taal:** Verwerf de taalvaardigheden om individuen, teams en organisaties in beweging te brengen en leidinggevend en te begeleiden in het voeren van effectieve gesprekken.
- **Wetenschappelijke modellen:** Maak gebruik van wetenschappelijke modellen uit de organisatiepsychologie die de basis vormen van de SET.
- **Rolbewustzijn:** Vergroot je bewustzijn van je rol als begeleider binnen de organisatiecontext.
- **Cruciale succesfactoren:** Richt je aandacht op cruciale succesfactoren zoals psychologische veiligheid en goed werkgeverschap.

Wil je SET-expert worden? De tijdsinvestering voor jou is drie dagen op locatie HNK Den Haag of HNK Utrecht en een online coachsessie met één van de opleiders.

De kosten zijn € 1.950,- ex BTW, inclusief twee SET-afnames (t.w.v. € 250,- voor 2 afnames) en een gezonde en volledig verzorgde lunch en koffie/thee op de trainingsdagen.

De opleiding is bedoeld voor coaches, psychologen, adviseurs en specialisten die de kwaliteit van hun dienstverlening op het gebied van stress en burn-out in organisaties willen verdiepen en verbreden.



Praktische informatie over de opleiding

Data en locaties

SET-opleiding: HNK Den Haag (start sept. 2024)

Dag 1: Vrijdag 27 september 2024 van 9.30 uur tot 16.30 uur

Dag 2: Vrijdag 15 november 2024 van 9.30 uur tot 16.30 uur

Dag 3: Vrijdag 7 februari 2025 van 9.30 uur tot 16.30 uur

SET-opleiding: HNK Utrecht (start jan. 2025)

Dag 1: Vrijdag 24 januari 2025 van 9.30 uur tot 16.30 uur

Dag 2: Vrijdag 7 maart 2025 van 9.30 uur tot 16.30 uur

Dag 3: Vrijdag 16 mei 2025 van 9.30 uur tot 16.30 uur

Programma in hoofdlijnen

Dag 1: Het werkveld

Verkennen van het werkveld van de SET-expert en het theoretisch kader.

Dag 2: Jij en jouw stijl

Aan de slag met de SET, jouw eigen energieverbruik en je coachstijl.

Dag 3: Jouw werkaanpak

De SET als onderdeel van jouw aanpak in organisaties en de certificering!

Individuele coachsessie wordt op dag 1 ingepland.

Na de opleiding heb je geleerd:

- De **gevalideerde tool** in te zetten op individueel, team- en organisatieniveau. Je hebt inzicht gekregen in energiebronnen en energieverbruikers.
- De **taal van eigenaarschap** te duiden. Je weet werknemers te begeleiden om verantwoordelijkheid te nemen voor hun energieverbruik.
- De **leiderschapscommunicatie** van de leidinggevende te versterken. Tevens kun je balansinterventies toepassen voor evenwichtig presteren.
- **Driegesprekken** te voeren met zowel de manager als de werknemer aan tafel.
- **Te reflecteren op** je eigen rol als begeleider binnen de organisatiecontext. Je draagt bij aan het opbouwen van vertrouwen en veiligheid binnen organisaties en weet daarmee vorm te geven aan duurzaamheid en goed werkgeverschap.

Opbouw van de opleiding tot certificering

De intake

Tijdens de opleiding spelen we voortdurend in op jouw leervraag en leerproces. Jouw coachvraag, -stijl en organisatiecontext staan voor ons centraal tot aan je certificering en daarna.

Tijdens de opleidingsdagen

We gaan vooral doen. De theorie is op de achtergrond. We gebruiken de dynamiek van de groep en de eigen praktijkvoorbeelden. Interactief dus en met focus op jou, de groep, de context en de ontwikkeling in de maatschappij.

Persoonlijke coaching

Wij bieden jou de mogelijkheid om je persoonlijk te ontwikkelen als coach op het vlak van stress- en burn-outpreventie in organisaties. Een coachingsgesprek is opgenomen in de opleiding.

Een continue leeromgeving

Wij bieden jou tijdens en na de SET-opleiding een community waarin deskundigen en de nieuwste materialen online beschikbaar zijn en waarin je gebruik kunt maken van een helpdesk. Wij organiseren met regelmaat events, webinars, intervisiemogelijkheden en momenten van (wetenschappelijke) kennisuitwisseling. Dit alles vanuit onze missie Nederland op te schonen van burn-out en overbelasting in organisaties.

Het SET-certificaat geeft je:

- Erkenning voor jouw kennis en kunde als stress- en burnoutcoach
- Een registratienummer en toegang tot de beveiligde portal van Online Talent Manager
- De mogelijkheid om onbeperkt de Stress Ervarings Tool af te nemen
- Toegang tot de community en helpdesk van Presteren in Balans



Inschrijven?

Wil je meer weten of je inschrijven voor de opleiding tot SET-expert?

Neem gerust contact op met de opleiders.

Kirsten Schipper

E Kirsten@prestereninbalans.nl

T 06 15033071

Mandy Oostlander

E Mandy@prestereninbalans.nl

T 06 55347665

Neem een kijkje op de website:

www.prestereninbalans.nl

Het PIB Team

