



FICHE VOOR DE OPLEIDER

Welkom

Proficiat! Jij gaat als opleider actief meewerken aan een duurzame en werkbare werkplek, met respect voor iedereen. Via de opleidingstool 'Psychosociale aspecten: toolkit voor de opleider' sensibiliseer en informeer jij de deelnemers van je opleiding over het belang van psychosociaal welzijn en reik je methodes aan om hier concreet op in te zetten.

Thema's opleidingstool

In dialoog met zowel werkgevers (hiërarchische lijn en managers), interne preventiediensten als opleiders werd de inhoud van de opleidingstool uitgewerkt, met de volgende thema's:

1. Hoe aan psychosociaal welzijn werken: een introductie van het thema
2. Stress en burn-out voorkomen
3. Respectvol met elkaar omgaan op het werk
4. Van afwezig-zijn tot er wel-zijn
5. Het nieuwe werken
6. Leiding geven

1. Hoe aan psychosociaal welzijn werken: een introductie van het thema

Psychosociaal welzijn op het werk is een actueel onderwerp, zowel binnen de Welzijnswet als op de werkvloer. Werkgevers zijn wettelijk verplicht om hierop in te zetten, maar zijn zich hier niet altijd van bewust. Nochtans loont een psychosociaal welzijnsbeleid de moeite. Organisaties die investeren in psychosociaal welzijn op het werk hebben werknemers die meer tevreden zijn op het werk, beter presteren, minder afwezig zijn wegens ziekte ten gevolge van het werk en minder de intentie hebben om van werk te veranderen.



DEZE FICHE:

- a) geeft op een eenvoudige manier inzicht in de inhoud en het belang van psychosociaal welzijn op het werk.
- b) geeft inzicht in hoe je een psychosociaal welzijnsbeleid kan opstarten, met de bijhorende wettelijke verplichtingen.
- c) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over hoe dit geïmplementeerd kan worden.
- d) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.

2. Stress en burn-out voorkomen

Wist je dat 32.7% van de Belgische werknemers werkgerelateerde stress ervaart? En dat het aantal gevallen van burn-out verdubbelde op vijf jaar tijd? Stress en burn-out zijn fenomenen die niet meer weg te denken zijn uit onze maatschappij.



DEZE FICHE:

- a) geeft op een eenvoudige manier inzicht in de fenomenen stress en burn-out.
- b) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over hoe stress en burn-out voorkomen kunnen worden.
- c) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.



3. Respectvol met elkaar omgaan op het werk

Wist je dat 3.6% van de Belgische werknemers wekelijks tot dagelijks pestgedragingen ervaart? En 2.1% af en toe of vaker te maken krijgt met ongewenst seksueel gedrag, en 1.7% met geweld? Dit heeft ernstige gevolgen voor de werknemer, de getuigen, de organisatie en de gehele maatschappij.



DEZE FICHE:

- a) legt op een eenvoudige manier de verschillende vormen van ongewenst grensoverschrijdend gedrag op het werk (OGGW) uit.
- b) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over hoe OGGW vermeden kan worden.
- c) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.

4. Van afwezig-zijn tot er wel-zijn

In België blijven dagelijks 7 op de 100 Belgische werknemers ziek thuis. Dit kost werkgevers jaarlijks 8.44 miljard euro. Afwezigheid op het werk is vervelend. In de eerste plaats voor de werknemer zelf, maar ook voor de achtergebleven collega's en hun leidinggevende(n). Uiteraard is iedereen weleens ziek, dit is onvermijdelijk. De achterliggende oorzaken vinden echter mogelijk (mede) hun oorsprong op de werkvloer.



DEZE FICHE:

- a) geeft op een eenvoudige manier inzicht in wat verzuim en re-integratie inhouden.
- b) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over de integratie van dit thema binnen het preventiebeleid.
- c) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.



5. Het nieuwe werken

Wist je dat iets meer dan één op de twee werknemers graag nu en dan van thuis uit zou willen werken en dat slechts 16% hier ook daadwerkelijk de kans toe krijgt? Het nieuwe werken is aan een opmars bezig. Als opleider kan het daarom interessant zijn om dit thema toe te lichten.



DEZE FICHE:

- a) geeft op een eenvoudige manier inzicht in wat het nieuwe werken inhoudt.
- b) geeft inzicht in de voor- en nadelen van het nieuwe werken.
- c) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over een beleid rond het nieuwe werken.
- d) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.

6. Leiding geven

Leidinggevendens vormen een belangrijke sleutelfiguur binnen organisaties. Ze staan centraal bij het behalen van de doelstellingen en hebben een grote impact op het functioneren en welzijn van hun werknemers.



DEZE FICHE:

- a) geeft op een eenvoudige manier inzicht in leiderschapskwaliteiten die een positieve impact hebben op het welzijn van werknemers.
- b) reikt een aantal concrete handvaten aan om samen met je deelnemers na te denken over hoe je deze leiderschapskwaliteiten concreet kan toepassen.
- c) biedt jou concrete handvaten en tools om mee aan de slag te gaan tijdens je opleiding.



MATERIALEN EN HOE ZE GEBRUIKEN

Voor elk thema binnen deze opleidingstool werd een fiche uitgewerkt van enkele pagina's. Elke fiche geeft een sterke theoretische basis mee, alsook praktijkvoorbeelden en tips waarmee de deelnemers van je opleiding aan de slag kunnen. De fiches helpen je ook om de meegegeven informatie te integreren binnen een opleiding of sessie, met behulp van casussen, oefeningen, filmmateriaal en doorverwijzingen naar extra informatie.

Samengevat heeft elke fiche het volgende tweevoudig doel:

1. het meegeven van theorie en praktische handvaten én
2. je op weg helpen om deze informatie over te brengen aan de deelnemers van je opleiding.



HOEVEEL TIJD PER OPLEIDING?

Elk thema is opgesteld met een interactieve sessie van ongeveer 2 uur in gedachten. De reële tijdsduur is mede afhankelijk van bijvoorbeeld het aantal voorbeelden en oefeningen die je gebruikt binnen de opleiding, alsook de mate van interactie en de grootte van de groep. In totaal heb je dus 12 uur opleidingsmateriaal in handen (6 thema's x 2 uur).

We raden aan om elke fiche eens door te nemen, al kan je dus ook met een specifiek thema apart aan de slag gaan. Binnen de fiches wordt toegelicht hoe de thema's aan elkaar gerelateerd zijn en waar het aan te raden is om ook een specifieke andere fiche te bekijken.



DOELPUBLIEK

De fiches binnen deze opleidingstool bieden een theoretische en praktische basisvorming. De inhoud van deze opleidingstool is daarom bedoeld voor deelnemers die:

1. weinig kennis hebben over psychosociaal welzijn op het werk (bijvoorbeeld als onderdeel van een ruimere opleiding).
2. een opfrissing kunnen gebruiken van een bepaald thema of weinig met een bepaald thema in contact komen (zoals HR-medewerkers, vertrouwenspersonen, ...).



LEERDOELEN

Deze opleidingstool voorziet een theoretische en praktische basisvorming rond psychosociaal welzijn op het werk. Binnen elke fiche worden de concrete leerdoelen toegelicht. Na het volgen van een opleiding met behulp van deze opleidingstool hebben de deelnemers voldoende basiskennis:

1. over psychosociaal welzijn op het werk en het belang ervan.
2. over actuele psychosociale thema's en wat deze inhouden.
3. om de besproken thema's te relateren aan de praktijk.
4. om met de besproken thema's actief aan de slag te gaan.



Didactische richtlijnen

Idealiter voorzie je:

- ✓ een lokaal dat groot genoeg is voor alle deelnemers én met ruimte voor interactieve oefeningen (bijvoorbeeld groepsdiscussies aan de hand van stellingen, mythes en taboes, post-it oefeningen, ...).
- ✓ een tafelopstelling in U-vorm of in verschillende groepen om de interactie te bevorderen.
- ✓ materiaal om te noteren (bijvoorbeeld een bord, flipcharts of post-its). Hierop kan je bepaalde processen tekenen of de verschillende antwoorden van groepsdiscussies noteren.
- ✓ een technische installatie aangepast aan de behoeften van je opleiding. Wens je bijvoorbeeld gebruik te maken van videomateriaal? Voorzie dan een goed scherm, een geluidsinstallatie en eventueel een internetverbinding.

Om de inhoud en theorie van deze opleidingstool (nog beter) over te brengen naar de deelnemers van je opleiding, raden we aan om:

- ✓ de theorie toe te lichten aan de hand van beeldend materiaal.
- ✓ in interactie te gaan met je deelnemers. Dit zorgt ervoor dat de deelnemers de theorie beter zullen onthouden. Doorheen de fiches worden suggesties meegegeven om hierop in te zetten, bijvoorbeeld: het opstarten van een groepsdiscussie aan de hand van stellingen, mythes en taboes, het afnemen van een korte test of quiz en het tonen van videomateriaal.
- ✓ de toepassing in de praktijk te illustreren aan de hand van casussen en voorbeelden.

Succes!