

BGL & partners
Hoofdweg 726, 2132 BV Hoofddorp
Tel: 023 555 67 55 / Fax: 023 565 11 56
E-mail: info@bgl.nl
Web: www.bgl.nl

Vitaliteits- management

Leergang

**nurani**
CONSULTANTS

bgl  **partners**
ontwikkeling van mens en organisatie

Vitaliteits- management Leergang

Vitale mensen voor vitale organisaties

Zij straalt bezieling uit, dynamiek. Met haar levendigheid inspireert ze haar omgeving, haar medewerkers. De mensen om haar heen laten zich meeslepen door haar enthousiasme en werklust.

Hij weet met zijn levenskracht man en macht te mobiliseren. Het is een feest om met hem samen te werken. Zijn energie is besmettelijk en waar hij ook komt, de sfeer in de werkruimte krijgt een creatief zinderende lading.

Stel: het bedrijf waar deze krachtige, levenslustige mensen werken, ondergaat een reeks aan reorganisaties, is onderhevig aan fusieperikelen. De werkinhoud van tal van functies wordt in toenemende mate onduidelijk en de werkdruk neemt onevenredig toe.

Voorstelbaar dat menig werknemer in die situatie zijn motivatie zal verliezen, zichzelf niet langer verantwoordelijk zal houden voor de uitvoering van taken en in algemene zin de neiging zal krijgen zich op (en in) zichzelf terug te trekken. De mensen met het grootste levensoptimisme misschien het laatst, maar toch...

Vitaliteitsmanagement helpt mensen - die, om wat voor reden dan ook, in disbalans zijn geraakt, die hun levens en werklust ergens onderweg zijn kwijtgeraakt - hun vitaliteit te hervinden.

Vitaliteit in coaching en training

Herken je bovenstaande als een gegeven waar je als trainer, coach of loopbaanadviseur mee te maken hebt? Tref je cliënten die door allerlei factoren hun werklust, levenskracht en bezieling kwijt raakten aan allerlei stress-factoren? Mensen die hun werk niet meer naar behoren kunnen doen; die er ziek van zijn? Dan kan de leergang *Vitaliteitsmanagement* je doeltreffende instrumenten aan de hand doen. Strategieën waarmee je uitgebluste cliënten hun vitaliteit helpt terugwinnen. Waarmee je in staat bent mensen weer in beweging krijgen, waarmee je erin slaagt hen flexibel in te leren spelen op veranderingen.

Vitaliteitsmanagement helpt de mensen hun plezier in het werk terug te krijgen. Het helpt hen herstellen

van stress en burn-out. Het helpt hen opnieuw verantwoordelijkheid te nemen voor hun werk en het levert hen een hernieuwd gevoel van verbondenheid op met hun collega's en met het bedrijf waarin ze werkzaam zijn.

Vitaliteitsmanagement richt zich ook op de organisatiekant: vitale organisaties immers houden medewerkers vitaal. Een volslagen win-winsituatie.

De leergang *Vitaliteitsmanagement* is een vierdaagse training waar theorie en praktijk hand in hand gaan.

In de theorie maak je kennis met de vitaliteitscirkel; leer je de oorzaken en uitingen (klachten) van vitaliteitsverlies herkennen; onderzoek je positieve en negatieve stressfactoren; krijg je inzicht in bedrijfsculturen en hoe stressmanagement in te zetten; ontdek je de rol van overtuigingen en ga je aan de slag met Rationeel Emotieve Training (RET).

In de praktijk komt je eigen stressverhaal aan de orde; leg je casusgestuurd de bedrijfscultuur van een organisatie bloot; werk je met 'omgaan met stress op het werk', zingeving, 'ontspanning en visualisatie' en 'empowerment'. Je ontdekt welke rol je eigen overtuigingen in je leven spelen en je gaat daarmee aan het werk.

Bezieling, dynamiek, levenskracht en optimisme: ze zijn van levensbelang voor mens én organisatie. In de leergang *Vitaliteitsmanagement* leer je wat je nodig hebt om dit te helpen hervinden en behouden.

Praktische informatie

Informatie over data, locatie en kosten vindt u apart bijgevoegd. Voor informatie over deze workshop kunt u contact opnemen met Tonja Koudijs, 06 22 44 31 85