

STRESS EN BURN-OUT COACH ~ 2020

HILVERSUM

Hoofddocent: [Anette Martens](#)
 Locatie: [De Koningin](#)
 Dag en lestijd: Donderdag 09.30 – 16.30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Jouw docent
1	12-03-2020	Wat is stress? Oorzaken micro/meso/macro gezond/ongezond stressfysiologie	Anette Martens
2	11-06-2020	Stresssignalen/ lich. Psych. Gedragmatig.	Anette Martens
3	25-06-2020	Stresspathologieën: burn-out/ overspannenheid	Anette Martens
4	10-09-2020	Veerkracht 1 Model van Franssen Karakter/ soc. steun	Lia Goossens
5	24-09-2020	Veerkracht 2 Bezieling, waarden, doelen en focus	Lia Goossens
6	08-10-2020	Veerkracht 3 Gezonde levensstijl	Mette Pilaar
7	22-10-2020	Objectieve druk 1 Privé, alledaags, chronisch, trauma's	Anette Martens
8*	19-11-2020	*Objectieve druk 2 Werk, prioriteiten, plannen	Lia Goossens
9*	26-11-2020	*Supervisie	Anette Martens
10	03-12-2020	Subjectieve druk 1 Stressverhogende gedachten, kernkwaliteiten	Anette Martens
11	17-12-2020	Subjectieve druk 2 Denkvoorkeuren RET, NLP	Lia Goossens
12	14-01-2021	Subjectieve druk 3 Omgaan met emoties	Anette Martens
13	28-01-2021	Praktijkvoering 1 Anamnese/diagnose/ indicaties, contra-indicaties/ behandelprotocol, Kernvragen	Hanneke Hoens
14	11-02-2021	Praktijkvoering 2 Privéstress (6 levensgebieden) Casuïstiek	Lia Goossens
15	11-03-2021	Theorie-examen Supervisie	Anette Martens
16 Succes!	25-03-2021	Toetsing Praktijk	Anette Martens, Hanneke Hoens, Lia Goossens en Mette Pilaar

* ivm de COVID-19 maatregelen tussen 5 en 18 november 2020 is de inhoud van les 8 en 9 gewisseld. Datum les 9 is er nieuw tussen gepland.

Let wel:
 Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.
 Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op maandag 28 juni 2021 in Zaltbommel.

STRESS EN BURN-OUT COACH ~ 2020

ROTTERDAM

Hoofddocent: [Mette Pilaar](#)
 Locatie: [Het Finse Huis](#)
 Dag en lestijd: Vrijdag 09.30 – 16.30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Jouw docent
1	06-03-2020	Wat is stress? Oorzaken micro/meso/macro gezond/ongezond stressfysiologie	Mette Pilaar
2	05-06-2020	Stresssignalen/ lich. Psych. Gedragmatig.	Mette Pilaar
3	19-06-2020	Stresspathologieën: burn-out/ overspannenheid	Hanneke Hoens
4	03-07-2020	Veerkracht 1 Model van Franssen Karakter/ soc. steun	Mieke Haksteen
5	11-09-2020	Veerkracht 2 Bezieling, waarden, doelen en focus	Mieke Haksteen
6	25-09-2020	Veerkracht 3 Gezonde levensstijl	Mette Pilaar
7	02-10-2020	Objectieve druk 1 Privé, alledaags, chronisch, trauma's	Mieke Haksteen
8	16-10-2020	Supervisie	Mette Pilaar
9	30-10-2020	Objectieve druk 2 Werk, prioriteiten, plannen	Mette Pilaar
10	13-11-2020	Subjectieve druk 1 Stressverhogende gedachten, kernkwaliteiten	Mieke Haksteen
11	04-12-2020	Subjectieve druk 2 Denkvoorkeuren RET, NLP	Hanneke Hoens
12	18-12-2020	Subjectieve druk 3 Omgaan met emoties	Mieke Haksteen
13	08-01-2021	Praktijkvoering 1 Anamnese/diagnose/ indicaties, contra-indicaties/ behandelprotocol Kernvragen	Mieke Haksteen
14	22-01-2021	Praktijkvoering 2 Privéstress (6 levensgebieden) Casuïstiek	Mette Pilaar
15	05-02-2021	Theorie-examen Supervisie	Mette Pilaar
16 Succes!	19-02-2021	Toetsing Praktijk	Mette Pilaar, Mieke Haksteen, Anette Martens en Loes Koot

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.
 Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op maandag 8 maart 2021 in Zaltbommel.