

GORT® PERFORMANCE BLUEPRINT

BURN-OUT PREVENTIE TIPS VOOR HR



Preventie heeft meer succes
ten opzichte van
reactieve behandeling

WAAROM?

Ondersteuning van HR zorgt
dat medewerkers zelf proactief
burn-out preventie gedrag
vertonen



Voorkomen is beter
dan genezen

WAT IS BURN-OUT PREVENTIE?



Behandelen van werknemers
met burn-out



Voorkomen dat werknemers
burn-out oplopen



JOB REDESIGN EN JOB-CRAFTING

Laat werknemers hun
werktijden en taken deels
zelf bepalen voor minder
stress en meer werkplezier.



BEST PRACTICES VOOR HR

LEIDERSCHAPS ONTWIKKELING

Train managers om actief
te luisteren en persoonlijke
aandacht te geven.
Coaching kan helpen bij
leiderschaps ontwikkeling



SOCIALE SAFE SPACE

Stimuleer open
gesprekken, sterke relaties
en vermijd onnodige
meetings.
Maximale steun zonder
extra gedoe

PRAKTISCHE TIPS

JOB REDESIGN EN JOB-CRAFTING

- Test een **tijd-voor-tijd**-regeling met resultaatverantwoordelijkheid.
- Stimuleer dagelijks een wandeling met een **"frisse neus"**-beleid.
- Plan elke drie maanden een **jobcrafting-gesprek**.
- Laat medewerkers zelf hun **pauzes** indelen.
- Voorkom verveling of overbelasting met **afwisselende taken**.
- Bied **innovatieve projecten** aan voor groei en betrokkenheid.

LEIDERSCHAPS ONTWIKKELING

- Beoordeel leidinggevendenden ook op **teamwielzijn**.
- Bied **coaching** aan voor leiderschapsvaardigheden.
- Leidinggevendenden moeten zelf een **gezonde balans tonen**.
- Informeer leiders over **burn-out risicogroepen**.

SOCIALE SAFE SPACE

- Organiseer optionele **maandelijks check-ins**.
- Gebruik een korte vragenlijst om werkdruk te **bespreken**.
- Wijs een **vertrouwenspersoon** aan met maandelijks spreekuur.
- Richt een plek in voor **informele** complimenten.
- Plan wekelijkse **koffiemomenten** voor open gesprekken.
- Stuur elk kwartaal een mini-enquête over **veiligheid** en bespreek de uitkomst.

