

Omgaan met werkdruk

Je bent met een reden het onderwijs in gegaan. Je wilt wat betekenen voor de kinderen, je wordt gelukkig van een 'Aha'-moment of wanneer je ziet dat je een kind verder helpt in zijn cognitieve of sociale ontwikkeling.

Maar je hoort collega's klagen over te veel werk en te weinig tijd en je leest in de krant over werkdruk in het onderwijs en het lerarentekort. Dat werkt ontmoedigend.

Hoe kan je nou zorgen dat je je werkgeluk in het onderwijs behoudt? Daar heb je (zelf)inzicht, kennis en vaardigheden voor nodig.

In deze werkplaats leer je meer over jezelf, hoe je kan zorgen voor een ideale werkdag en je krijgt praktische tips voor handig organiseren. Dit zodat dat je 's avonds nog een aantal 'punten' energie overhoudt om iets leuks te doen naast je werk!