

Cursus Brein-Engineering  
Methode Jungfrau  
April-mei 2023



**jungfrau**  
corporate training  
life coaching



# Cursus Brein-Engineering at work: Methode Jungfrau

## Hoe cognitieve technieken de dagelijkse werking van je werknemer kunnen optimaliseren.

*Op deze 3-of 5-daagse cursus voor HR Directors, HR Managers, L&D directors en Bedrijfspsychologen brengen we kennis, inzichten en technieken die de manier van reageren en ageren van de werknemers vanuit een hele andere hoek belichten: Met behulp van de wetenschappelijke kennis van de neuropsychologie, cognitieve therapie en cognitieve gedragspsychologie hebben we de Methode Jungfrau ontwikkeld. Een methode die brein-engineering in de dagelijkse werking van de werkomgeving centraal zet. Bewust worden over de manier van denken en reageren creëert een grip om daar controle over te krijgen. Cognitieve oefeningen zijn dan de tool om daar ook verandering in te brengen. Het wegwerken van frustraties en een negatieve spiraal scheppen energie en maken tijd vrij, om terug op bewuste wijze acties te ondernemen en daar ook simultaan energie en voldoening uit te halen. Brein-engineering introduceren in een leiderschapsstijl brengt de sterktes en kwetsbaarheden naar boven binnen een tool, waar grip en progressie de drijfkracht zijn achter werknemers-beleving en performance.*

### Hoe deze cursus bijdraagt in je organisatie –

- De focus op **werknemers vanuit het cognitieve luik** is een **nieuwe managementstijl**: de manier van werken beschrijven en evalueren op basis van cognitieve processen heeft een hands-on aanpak in plaats van een confrontatie met een persoonlijke moeilijkheid.
- De gedachtepatronen en gewoontevorming die soms tot “underperforming” leidt, worden vaak als verantwoordelijkheid van de werknemer benoemd. Brein-engineering tools maken dit **bespreekbaar en bewerkbaar tussen leidinggevende en collega's**.
- De toepasbaarheid van brein-engineering op elke werknemer creëert een **meerwaarde op elk management niveau**, onafhankelijk de job of de sector, het stress of overload niveau.
- Onze neurologische processen die in bepaalde patronen verstrikt geraken, zijn de oorzaak van mentale overload, spiraal denken en burn-out-problematiek. Brein – engineering ligt dus aan de basis van **burn-out preventief handelen**.
- De kennis en tools die aangeboden en ontwikkeld worden hebben een **specifiek karakter**. Concrete theorieën maar **ook uitgewerkte tools** zorgen ervoor dat we niet oppervlakkig blijven tijdens de cursus, maar hands-on te werk gaan in verschillende dimensies van werknemers-contact. Het **Train de Trainer concept** scheidt een **framework** om opleidingen hieromtrent in de organisatie te kunnen faciliteren.



# Brein-engineering at work: Methode Jungfrau

## Hoe cognitieve technieken en coaching de dagelijkse werking in je team optimaliseren.

### Tot wie is deze cursus gericht?

- De cursus wordt gegeven vanuit **een Train-de-Trainer** concept: De Trainings-Manager en Director, L&D director, CHR of HR director zijn best-geplaatst om deze kennis en leiderschapstijl verder in de training en cultuur van de organisatie te implementeren.
- **De vertrouwenspersoon of HR manager** zal tijdens de cursus alle kennis en tools aangereikt krijgen om bij moeilijkheden managers te coachen in het begeleiden van de werknemers en peers, alsook tijdens en bij aanvang van het herstarten van een werknemer met burn-out problematiek.

### Praktisch verloop van de cursus?

- De cursus bestaat uit een 3-of 5-dagen programma, en gaat 1 dag in de week door gedurende 3 of 5 weken.
- Dagprogramma start om 10h tot 17h in Gent
- Dag 4 en 5 zijn de verdere toepassing in Specifieke Cognitieve Coaching voor HR managers en de vertrouwenspersoon of bedrijfspsycholoog

### Programma van de cursus?

- Dag 1: Introductie in Neuropsychologie, toegepast in de werkomgeving. Brein-Engineering bij je werknemer. Cognitieve processen doorprikt.
- Dag 2: Cognitieve technieken voor werknemers met perfectionisme, prestatiedrang, te snelle actieprocessen, te hoge empathische beleving, hoog verantwoordelijkheidgevoel, hoog pragmatisch handelen, moeite met delegeren. Technieken en toepassing van coachingsstrategieën. Gedachtenpatronen en gewoontevorming binnen de werkcontext
- Dag 3: Brein-engineering als leiderschapstijl. Toepassing in meetings, presentaties, (zelf) evaluaties en teamwerk. Cognitieve coaching voor Performance Improvement
- Dag 4: Burn-out en cognitieve processen. Bewustwording faciliteren en Awareness creëren omtrent associatie tussen frustraties, over-performing, pragmatisme en spiraaldenken. Cognitieve Coachings technieken
- Dag 5: Brein-Engineering bij herstel van burn-out. Begeleidings- en coaching-technieken bij re-integratie na burn-out of mentale overlast.



# Brein-engineering at work: Methode Jungfrau

Hoe cognitieve technieken en coaching de dagelijkse werking in je team optimaliseren.

## Kostprijs van de cursus Brein-Engineering – Methode Jungfrau

- De cursus bestaat uit een 3-of 5-daags programma
- Brein-Engineering 3 - daags programma - 1800€ excl btw/ persoon
- Brein-Engineering 5 - daags programma - 2600€ excl btw / persoon

De cursus wordt gegeven in een **beperkte groep** en op **interactieve wijze**  
Per organisatie kunnen **maximaal 3 personen deelnemen**

De inschrijving is bevestigd na de betaling van 20% voorschot.

Na de cursus wordt de factuur van de totale kostprijs opgemaakt.

**Inschrijvingen gaan open vanaf 22 februari** – [training@jungfrau-coaching.com](mailto:training@jungfrau-coaching.com)

Graag met vermelden van naam en positie in de organisatie

## Data en Locatie van de cursus?

De cursus vindt plaats in het **Van der Valk Hotel Gent (Ghelamco)**

**Het programma loopt van 10h tot 17h met middagpauze. Lunch in het restaurant en catering gedurende de dag is inbegrepen.**

- Dag 1: Donderdag 20 April 2023
- Dag 2: Donderdag 27 April 2023
- Dag 3: Donderdag 4 mei 2023
- Dag 4: Vrijdag 12 mei 2023
- Dag 5: Donderdag 25 mei 2023