

Van stress naar fight or flight op de werkvloer of hoe chronische stress ons denken en handelen kan veranderen en bepalen.

Michaël Portzky

Woensdag 30 september 2026
van 19u30 tot 21u30

De laatste jaren hebben we ettelijke lezingen en vormingen gegeven omtrent stress en burn-out. Maar dit zijn voortschrijdende inzichten, en we zien ook steeds meer hoe chronische stress ons denken en handelen kan veranderen! Met niet enkel een impact op hoe we privé zijn, of in het verkeer, maar uiteraard ook op de werkvloer! Wat maakt dat chronische stress zoveel veranderingen in gang kan zetten? Wat is de impact hiervan op lichaam en geest? Hoe vertaalt zich dat op de werkvloer? Hoe komt het dat zoveel zaken zoals hoogsensitiviteit of Prikkelbaar Darm Syndroom verward worden met dit fenomeen? Wat is de 'werkelijke kostprijs' van chronische stress...voor het individu, de werkgever, de maatschappij?

In deze lezing gaan we als het ware een stapje verder, en gaan we vooral kijken naar de gevolgen en de werkelijke kostprijs van het fenomeen chronische stress. En zal het duidelijk worden waarom onze nieuwe meetschaal niet verwonderlijk de 'Fight or Flight op de Werkvloer Schaal' noemt, en waarom die zoveel stukken van de puzzel soms doet passen...

Michael Portzky is klinisch psycholoog, neuropsycholoog en erkend gerechtsexpert psychodiagnostiek. Hij is verbonden aan het Psychiatrisch Centrum Gent-Sleidinge en doceert psychodiagnostiek aan verschillende hogescholen. Portzky verwierf brede bekendheid dankzij zijn onderzoek en lezingen over mentale veerkracht, stressbestendigheid en het functioneren van het geheugen. Hij ontwikkelde meerdere Nederlandstalige vragenlijsten rond veerkracht en werkte mee aan wetenschappelijke projecten voor de Vlaamse overheid.

Met zijn heldere stijl en wetenschappelijk onderbouwde inzichten maakt hij complexe psychologische processen toegankelijk voor een breed publiek. Zijn lezingen bieden concrete handvatten om veerkracht te versterken, stress te begrijpen en mentaal welzijn duurzaam te ondersteunen.

Locatie: GC De Kluize, Sportstraat 3, Oosterzele

Inschrijving: tegen uiterlijk woensdag 23 september 2026
via deze QR-code of achterliggende link.

COV-leden: gratis / **niet-leden:** € 25

