



Gezonde mensen willen werken!

Back to work

Samen werken aan re-integratie

It takes 2 to tango

Re-integreren kun je niet alleen. Voor een effectieve re-integratie is het noodzakelijk dat medewerker en leidinggevende goed communiceren en samenwerken. Dit is makkelijk gezegd, maar blijkt in de praktijk vaak niet zo eenvoudig. Zeker niet wanneer de medewerker nog niet helemaal fit is, of de leidinggevende stapels met werk op zijn bureau heeft liggen. Back to work helpt medewerker en leidinggevende op een praktische en concrete manier bij het zetten van de stappen die nodig zijn om tot een gezonde terugkeer naar werk te komen. Hierbij werken beide partijen aan hetzelfde doel vanuit hun eigen verantwoordelijkheid.



040 8429444

info@stip-mentaalft.nl

stip-mentaalft.nl

Back to work

Start met re-integratie in spoor 1 en voorkom of versoepel de stap naar spoor 2

Programma

Medewerker en leidinggevende volgen parallel aan elkaar diverse trainingsonderdelen. Deze onderdelen zijn afgestemd op de positie, verantwoordelijkheden en behoeften van beide partijen. Het trainingsprogramma omvat live sessies, concrete thuisopdrachten en een praktische coaching door onze specialisten. Doordat leidinggevende en medewerker tegelijkertijd aan dezelfde onderwerpen werken ontstaat wederzijds begrip, effectieve communicatie en een pro-actieve aanpak van de re-integratie.



Programma voor leidinggevende

Leidinggevendens worstelen regelmatig met de begeleiding van medewerkers die na burn-out terugkeren naar het werk. Conflicterende belangen, (hoog opgelopen) emoties, energie- en arbeidsbeperkingen van de medewerker en de afstand die is ontstaan tot het werk en het team kunnen van het re-integreren een gecompliceerde en tijdrovende klus maken.

Tijdens het back to work traject, besteedt de leidinggevende gemiddeld 45 minuten per week aan de live sessies, het uitwerken van opdrachten en het daarover in gesprek gaan met de medewerker. De leerervaringen die worden opgedaan, zorgen voor een vlot en praktisch verloop van de betreffende re-integratie casus, maar dragen ook positief bij aan de uitbreiding van kennis en vaardigheden die kan worden ingezet bij andere casussen.

Programma medewerker

Medewerkers die zijn uitgevallen met stressklachten en burn-out vinden het proces van re-integratie vaak moeilijk. Beperkte energie, verminderde fysieke en/of mentale conditie, onzekerheid en (angst voor) moeilijkheden met collega's of leidinggevende kunnen de terugkeer naar het werk stressvol maken.

In het Back to work traject, leert de medewerker zijn persoonlijke stress signalen herkennen en leert hij hier adequaat mee omgaan. Daarbij is de werkcontext de oefensituatie. De medewerker gaat tijdens de training in gedoseerde stappen zijn werkzaamheden uitbreiden. Hierbij is veel aandacht voor de balans tussen inspanning en ontspanning en het creëren van een gezonde (werk)dag. Er komen onderwerpen aanbod zoals grenzen en assertiviteit, werkplezier, piekeren, omgaan met prikkels, effectief ontspannen en luisteren naar je lijf.



Voor wie?

- ✓ Deze training is bedoeld voor medewerkers die zijn uitgevallen met (werk)gerelateerde stress klachten en burn-out. De medewerker is voldoende herstelt om aan de re-integratie te kunnen beginnen (Fase 2).
- ✓ Deze training is tevens bedoeld voor de leidinggevende die verantwoordelijk is voor de begeleiding van de betreffende medewerker.

Voldoende herstelt?

- Wanneer iemand burn-out is geraakt, zijn er 3 belangrijke peilers die iets zeggen over de mate van herstel.
- 1: energiepeil,
- 2: stemming,
- 3: cognitief functioneren.
- Stip maakt tijdens de intake van de training met behulp van gesprek en vragenlijsten die inzicht geven in de mate van herstel. Hierop sluiten wij onze adviezen met betrekking tot de opbouw van werk aan. (
- Let op: wij geven advies over inhoud van de re-integratie activiteiten. Wij brengen geen medisch advies uit over de belastbaarheid van de medewerker. Dit is een taak van de bedrijfsarts.)

Wat is een burn-out?

Wanneer je gestrest bent moeten je lichaam en geest hard werken om alle taken en prikkels te verwerken. Dat is niet erg voor een keer, maar wel als dat vaak voorkomt of lang duurt. Bij onvoldoende herstel na stress, raken je lichaam en geest overbelast. Er ontstaan klachten zoals vermoeidheid, concentratieproblemen en stemmingsklachten. Wanneer je toch maar blijft doorgaan, raak je uiteindelijk volledig uitgeput. We spreken dan van een chronisch stress syndroom, ook wel burn-out genoemd.



Fasen van re-integratie





Voor wie niet?

- ✓ Deze training is constructief en praktisch van aard. Om tot de gewenste resultaten te komen, verwachten wij van alle betrokken partijen een gemotiveerde inzet.

Deze training is dan ook niet bedoeld om onderliggende arbeidsconflicten op te lossen, of wanneer bij medewerker of leidinggevende onvoldoende motivatie is voor deelname.

- ✓ Wanneer medewerkers nog onvoldoende hersteld zijn van stressklachten of wanneer onderliggend lijden zoals ernstige psychische of psychiatrische problemen en/of een ernstig beperkende privé situatie aanwezig zijn, kan niet worden deelgenomen aan deze training. Wij helpen u dan graag bij het vinden van een passend alternatief.

Meer informatie?

Neem contact met ons voor meer informatie over tarieven.
Kijk op onze website voor het actuele programma.

Klik hier



Samenwerking met de arbodienst

Stip werkt samen met diverse arbodiensten. Deze arbodiensten zijn actief betrokken bij de Back to work training. Is uw arbodienst nog niet bekend met Stip, dan nemen wij graag contact op met de casemanager die betrokken is bij uw verzuim casus.



Stip Mentaal Fit

Strijpsestraat 113
5616 GM
Eindhoven (Centrum)
info@stip-mentaalfit.nl
040 – 842 9444