

Medium module | begeleiding bij preventie

VOORFASE		
Werkzaamheden	Doel	Periode
Intake met medewerker.		Binnen 1 week na aanmelding
Plan van aanpak & offerte werkgever.		Binnen 1 week na intake
Akkoord offerte.		Binnen 1 week na akkoord wordt het traject gestart.
FASE 1 ANAMNESE, STOPPEN ROOFBOUW & HERSTEL		
Metingen: <ul style="list-style-type: none"> ◆ CSR Vragenlijst stressklachten; ◆ Neurotransmitter & fysiologie vragenlijst; ◆ HRV Meting. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Anamnese mate van stressklachten; ⇒ Prognose herstel; ⇒ Aanpak op maat. 	Week 1-8
Fysiologische interventies <ul style="list-style-type: none"> ◆ Neuro-hormonaal & voeding 2 sessies; ◆ Adem, ontspanning, massage, yoga 2 sessies. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Herstel van neuro-hormonale ontregeling; ⇒ Ontspanning; ⇒ Tools voor fysiologisch herstel. 	
Coaching: <ul style="list-style-type: none"> ◆ 2 sessies. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Stoppen roofbouw; ⇒ Acceptatie; ⇒ Zelfinzicht en zelfmanagement. 	
Multidisciplinair overleg BPB (intern).	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Aanpak op maat. 	Week 7-8

FASE 2 | HERSTEL & ZELFMANAGEMENT

<p>Fysiologische interventies</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Neuro-hormonaal & voeding 1 sessie; ◆ Adem, ontspanning, massage, yoga 2 sessies. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Verder herstel van neuro-hormonale ontregeling; ⇒ Herstel balans inspanning – herstel. 	<p>Week 9-12</p>
<p>Coaching:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 2 sessies; ◆ Online module. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Bewustwording van onderliggende overtuigingen, drijfveren en coping stijl; ⇒ Duurzaam herstel van werk/privébalans. 	
<p>Metingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Werkenergieanalyse; ◆ CSR Vragenlijst stressklachten; ◆ Neurotransmittertest. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Inzicht in energie- en stressbronnen werk; ⇒ Eindmeting (fysiologisch) herstel. 	
<p>Driegesprek Leidinggevende, HR & medewerker.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Afstemming werk. 	
<p>Rapportage¹ Voor medewerker, leidinggevende en HR.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Verslaglegging traject & advies. 	

¹ Er wordt uitsluitend na inhoudelijke afstemming met de medewerker gerapporteerd.