

Premium module

Herstel stressklachten | Reïntegratie Spoor 1

VOORFASE		
Werkzaamheden	Doel	Periode
Intake met medewerker.		Binnen 1 week na aanmelding.
Plan van aanpak & offerte werkgever.		Binnen 1 week na intake.
Akkoord offerte. Start begeleiding.		Binnen 1 week na akkoord wordt het traject gestart.
FASE 1 ANAMNESE, STOPPEN ROOFBOUW & HERSTEL		
Informereren bedrijfsarts en huisarts	Afstemmen en samenwerken	Bij aanvang traject
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 3 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"> ⇒ Prognose herstel en aanpak op maat. 	Week 7-8
Driegesprek leidinggevende, HR & medewerker	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Prognose herstel & re-integratie. Advies bedrijfsarts is leidend. 	Week 7-8

Rapportage werkgever en bedrijfsarts	⇒ Prognose herstel & re-integratie.	Week 7-8
FASE 2 HERSTEL, ZELFMANAGEMENT & RE-INTEGRATIE		
Fysiologische interventies ♦ Neuro-hormonaal & voeding 1 sessies; ♦ Adem, ontspanning, massage, yoga 3 sessies.	⇒ Verder herstel van neuro-hormonale ontregeling; ⇒ Herstel balans inspanning – herstel.	Week 9-12
Coaching¹ ♦ 2 sessies; ♦ Online module.	⇒ Bewustwording van onderliggende overtuigingen, drijfveren en coping stijl; ⇒ Re-integratie waar mogelijk. Advies bedrijfsarts is leidend.	
Metingen ♦ Neurotransmittertest.	⇒ Eindmeting fysiologisch herstel.	
FASE 3 RE- INTEGRATIE		
Coaching² ♦ 2 sessies.	⇒ Duurzaam herstel van werk/privébalans; ⇒ Re-integratie.	Week 12-20
Metingen ♦ CSR Vragenlijst stressklachten; ♦ Werkenergieanalyse.	⇒ Tussentijdse meting herstel; ⇒ Inzicht in energie- en stressbronnen werk.	
Driegesprek Leidinggevende, HR & medewerker.	⇒ Afstemming re-integratie; ⇒ Advies verder herstel.	
Rapportage³ Voor medewerker, werkgever en bedrijfsarts.	⇒ Informatie en afstemming herstel & re-integratie.	
Evt. vervolgtraject. ⁴	⇒ Duurzaam herstel.	

¹ Indien nodig worden modules gericht op trauma, rouw en loopbaanbegeleiding aangeboden.

² Idem.

³ Er wordt uitsluitend na inhoudelijke afstemming met de medewerker gerapporteerd.

⁴ Uit cijfers van Arboned blijkt dat medewerkers gemiddeld 225 dagen ziek thuis zijn vanwege een burnout. 25% is na 340 dagen niet hersteld.

