

Hoe herkent u overspannenheid, stress en een burnoutklacht bij uw werknemer?

RONALD
SCHIPPERS

Re-integratie coach

CONTACT

TELEFOON:
06-50661763

WEBSITE:
www.burnoutstresscoacharnhem.nl

E-MAIL:
info@bureau-schippers.nl

Welke signalen zijn er zichtbaar, in een gesprek met een werknemer, die regelmatig verzuimd.

(H)erkennen is niet voldoende. Het is belangrijk uw werknemer met psychische verzuim klachten, aan te spreken en te motiveren om in coaching te gaan voor een juiste begeleiding in het herstel of re-integratie.

Welke signalen zijn er bij stress of burn-out klachten

Zich terugtrekken. Het sociale leven wordt kleiner en leidt tot isolatie. Eenzaam en alleen gevoelens krijgen de overhand.	Steeds harder werken. Het langer doorwerken, veel thuis werken, altijd online zijn voor het werk.
Eigen behoeften negeren. Geen tijd meer nemen voor nachtrust, ontspanning en op tijd eten.	Gedragsverandering. Collega's, partner en vrienden zien ander gedrag en maken zich zorgen.
Ontlopen van spanningen en verantwoordelijkheden. Terwijl er zaken mis gaan, worden deze ontkend. Problemen niet gezien.	Zwaarmoedigheid en eerste klachten worden zichtbaar. Onverschilligheid, hopeloosheid vermoeidheid en geen zin.
Innerlijke leegte. Teveel eten, alcoholgebruik en snoepen zijn middelen op de leegte op te vullen en minder te voelen.	Onverdraagzaam gedrag. Veelvuldig klagen en negatief commentaar. Cynisme, angst, boosheid, wijzen naar de ander
De terugkerende lichamelijke symptomen zijn o.a. spierpijn, hoofdpijn, misselijkheid, griep, >>	hartkloppingen, slapeloosheid, veel verkouden en langdurige vermoeidheid.

Wat kan de re-integratie coach voor u doen?

- Na aanmelding, vanuit de uw organisatie bij Bureau Schippers, wordt er **binnen 48 uur telefonisch contact** opgenomen met de betreffende werknemer en een kennismaking/ intakegesprek afgesproken.
- In het intakeverslag zijn de doelen, herstel en re-integratie vanuit de organisatie en werknemer opgenomen. Een tijdlijn en transparante offerte geeft inzicht over tijdsduur en tarief.

De re-integratie begeleiding in 5 fases

- Fase 1- onderzoek oorzaak en gevolg verzuim + nulmeting klachten.
- Fase 2- analyse privé en werk situatie, welke handvatten en gedrag verandering is nodig tot opbouw draagkracht versus draaglast.
- Fase 3- door de 1^{ste} coachgesprekken ontstaat er inzicht, herstel en energie opbouw. De start van de 1^{ste} boventallige werkuren.
- Fase 4- het re-integratie uren schema is opgesteld en door werknemer, bedrijfsarts en leidinggevende akkoord bevonden. Een verdere uren opbouw (loonwaarde) in het eigen werk wordt begeleidt.
- Fase 5- de laatste fase is het toewerken naar 100% loonwaarde uren en het borgen van de nieuwe leef- en werk stijlen voor duurzaam herstel.

Neem vrijblijvend telefonisch contact op

'Namelijk voorkomen is beter dan genezen'.