



# Re-integratie coaching

## Regie op eigen re-integratie

Re-integreren vanuit verzuim is vaak een zoektocht. In 70% van de gevallen spelen er naast medische oorzaken ook andere factoren mee. Van daadwerkelijke obstakels in het werk, belemmerende factoren in de privésituatie tot emoties en gedachten die in de weg zitten. Alleen focussen op het medische aspect is daarom vaak niet genoeg. Voor een actieve terugkeer naar werk is het belangrijk om ook te kijken naar wat re-integratie belemmert én bevordert. Met re-integratiecoaching creëer je een stevig fundament voor een duurzame terugkeer naar werk.



### Voor wie?

**Re-integratiecoaching** is speciaal voor medewerkers die re-integreren en hulp nodig hebben bij het stellen van prioriteiten, het vinden van balans en het zetten van stappen naar herstel.

## Waarom kiezen voor PLAN?

1. Regie bij de medewerker. De aanpak sluit volledig aan op de behoeften en situatie van de medewerker.
2. Praktisch en doelgericht. Geen abstracte adviezen, maar een concreet plan van aanpak.
3. Sneller vooruit. Medewerkers weten wat ze kunnen doen en hoe ze effectief samenwerken met leidinggevende en de bedrijfsarts.
4. Duurzame inzetbaarheid. We gaan voor door beide partijen gedragen oplossingen.

## Hoe werkt het?

### 1. Analyse

Jouw medewerker maakt met hulp een netwerk van alle factoren die re-integratie beïnvloeden, zoals obstakels op het werk, omstandigheden in de privésituatie en copingstijl. Op basis daarvan stellen we doelen vast. Welke positieve factoren kunnen worden versterkt en welke toegewijde acties kunnen toch, ondanks belemmerende factoren.

### 2. Coaching

In de sessies werkt de medewerker aan de eigen concrete doelen. Onze gerichte aanpak, op basis van bewezen effectieve methoden, helpt om:

- Om te gaan met belemmerende gedachten en gevoelens.
- Actie te ondernemen op wat écht belangrijk is.
- Heldere hulpvragen te formuleren voor de bedrijfsarts.
- Effectief in gesprek te gaan met de leidinggevende over een gedragen Plan van Aanpak.

### 3. Thuis oefenen

Vooruitgang boeken gaat sneller met tussendoor thuis oefenen. Daarvoor krijgt de deelnemer een persoonlijk account in ACT-Guide. Hierin oefent jouw medewerker, om ondanks wat er speelt toch weer zelf weer het stuur in handen te krijgen.

### 4. Ondersteuning met driegesprek

Sommige mensen vinden het toch lastig om in gesprek te gaan op het werk. In dat geval kunnen we ook bij de gespreksvoering ondersteuning bieden.