



## Factsheet Re-integratie Coaching Groep

Kort interventietraject in een kleine groep ter preventie van uitval en verzuim, met regelmatig kortdurend verzuim en/of disfunctioneren in de eigen functie

---

Verwijzer: Bedrijfsarts/HR-professional/directeur/leidinggevende via email:  
[info@erikschoorman.nl](mailto:info@erikschoorman.nl)  
Binnen 48 uur volgt een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek

---

Klachten: Werknemers met gezondheidsklachten die leiden tot:

- Aangepast gedrag en vermindering van activiteiten
- Klachten het dagelijks leven steeds meer gaan bepalen
- Klachten waarbij de balans werk en privé verstoord dreigt te raken
- Klachten van oververmoeidheid (preventie burn-out), aanhoudende klachten na ziekte (preventie long covid)
- Aanhoudende klachten na ziekte

---

Aanpak: In een kortdurend traject van 4 weken met 8 bijeenkomsten wordt de medewerker in kleine groepen van max. 4 deelnemers zich bewust van de interactie tussen lichamelijke, mentale/emotionele en sociale factoren. Tijdens het traject is de benadering persoonlijk en gericht op het ontstaan van voldoende veiligheid en vertrouwen, waarmee de deelnemer zich ook open op kan gaan stellen.

**Onderwerpen:**

- Herstel van vitaliteit en/of van normaal functioneren ook ter voorkoming van dreigend verzuim
- Herstel van een normale belastbaarheid en duurzame inzetbaarheid
- Herstel en versterking van persoonlijke effectiviteit in het omgaan met beperkingen in het dagelijks functioneren.

Deelnemers leren anders omgaan met hun klachten. Onderdeel van dit traject is succesvolle werkhervatting wanneer er sprake van verzuim is.

Voorafgaand aan dit traject vindt een uitgebreide intake plaats, waarbinnen de indicatie voor dit traject,

motivatie en eventuele uitsluitcriteria worden getoetst. Deze intake is individueel en neemt 1,5 uur in beslag. De deelnemer wordt, ter voorbereiding, gevraagd een Vragenlijst Duurzame Inzetbaarheid en Re-integratie (VAR-2) in te vullen.

Het afrondend advies wordt aan het einde van dit intakegesprek met de deelnemer besproken.

---

Traject:

- Intake 1,5 uur
- 8 groepsbijeenkomsten van 3 uur verdeeld over 4 weken gericht op:
  - Doelen stellen en een herstelplan opstellen
  - Het herkennen van risicofactoren en hoe ga je effectief om met grenzen
  - De invloed van blokkerende en catastroferende gedachten op dagelijks functioneren en hoe hier bewust van te worden en effectief mee om te kunnen gaan
  - De invloed van onderdrukte emoties en toenemende stress op het dagelijks functioneren en hoe hier bewust van te worden en effectief mee om te kunnen gaan
  - Herstel draagkracht/balans werk privé en persoonlijke effectiviteit
  - Effectieve communicatie met collega's en leidinggevenden
- Onderdeel van het traject is deelname in een WhatsApp-groep waar dagelijks vragen worden gesteld vanuit de trajectleiding en aan elkaar
- 3-gesprek met werknemer en diens leidinggevende over de uitvoering van eigen werkzaamheden/werkhervattingsplan.

---

Praktisch:

De kosten van dit traject bedragen:

- € 1.350 (inclusief intake, verslaglegging en 3-gesprek)
- Bedragen zijn exclusief BTW 21% , eventuele reiskosten en kosten van huur locatie
- Mogelijkheid voor 'in company training'

---

Aanmelden:

Via email: [info@erikschoorman.nl](mailto:info@erikschoorman.nl)

Via tel/WA: [06 22603168](tel:0622603168)

Meer info: [www.erikschoorman.nl](http://www.erikschoorman.nl)