

# RE-INTEGRATIE SPOOR 2



Een intensief traject bestaande uit een combinatie van individuele begeleiding, groepsgewijze training, werkruimtebegeleiding en nazorg.

In een re-integratietraject 2<sup>e</sup> spoor werkt de deelnemer onder begeleiding aan herstel en (her) oriëntatie op arbeidsmogelijkheden. Belangrijk uitgangspunt is daarbij gebruik te maken van kwaliteiten en werkervaring en rekening te houden met eventuele beperkingen. Lopende het traject wordt invulling gegeven aan:

- Verwerking, acceptatie en herstel van burn-out of andere klachten
- herontdekken drijfveren en kwaliteiten
- hernemen van regie over loopbaan en leven
- hervatten werkritme en collegiaal contact
- omgaan met werkdruk
- persoonlijke effectiviteit
- heroriëntatie op mogelijkheden op de arbeidsmarkt en eigen ondernemerschap
- persoonlijk marketing en sollicitatievaardigheden
- eventuele inzet van werkzaamheden op therapeutische basis
- oriëntatie op eventuele inzet van subsidiemogelijkheden
- Na succesvolle re-integratie: begeleiding op de werkplek

**Gebruikelijk is een aanpak in 3 fasen:**

1

## Individueel voortraject

In de eerste fase van het traject plannen we een aantal individuele gesprekken om een helder beeld te krijgen van de belastbaarheid, kwaliteiten, ambities en competenties van de deelnemer. Richtinggevend in deze gesprekken zijn loopbaantesten en thuisopdrachten, die we tijdens een aantal individuele gesprekken bespreken. Om succesvol te zijn bij het realiseren van een nieuwe loopbaanstart, moet duidelijk zijn: wie ben ik, wat wil ik, wat kan ik en wat heb ik nodig om te re-integreren in werk. De uitkomsten van de opdrachten en de coachgesprekken helpen de deelnemer om een passende én realistische koers voor de toekomst uit te zetten. In deze individuele gesprekken is er tevens ruimte voor rouwverwerking en herstel van de energiebalans.

2

## Deelname groepstraject De Krachtcentrale 013

In fase 2 volgt de groepsgewijze training en begeleiding van De Krachtcentrale: In een training van 5 weken wordt samen met de andere deelnemers gewerkt aan persoonlijke leerdoelen. De training resulteert in een concreet Plan van aanpak. Na de training wordt in de Werkruimte maximaal 6 maanden 2 dagdelen in de week gestructureerd gewerkt aan het vinden van een passende functie bij de oude of een nieuwe werkgever. Het Plan van aanpak is leidend. De intensieve persoonlijke begeleiding en het contact met de andere deelnemers stimuleert de zelf- en samenredzaamheid. Tijdens fase 2 krijgt de deelnemer aanvullend 4 individuele coaching sessies op maat.

Er wordt ook gewerkt aan:

- fundamentele houdingsaspecten en vaardigheden
- rouwverwerking, sociale interactie, assertiviteit en samenwerking
- gefaseerd heropbouwen van werkconditie
- temporiseren en omgaan met 'terugval'
- gebruik social media (LinkedIn, twitter)
- job-search, netwerken, persoonlijke marketing (krachtige presentatie, brief, CV)
- effectief benutten van eigen relatie-netwerk en dat van de Krachtcentrale

3

## Nazorg

Wanneer de deelnemer een nieuwe, passende functie heeft gevonden, binnen of buiten de eigen organisatie, volgt fase 3. Dit is gericht op actieve nazorg op de nieuwe werkplek, met als doel een succesvol en duurzaam functioneren in de nieuwe functie. Dat gebeurt via coachgesprekken - indien gewenst ook op de werkplek - en in samenspraak met de nieuwe leidinggevende. Deze nazorg omvat 3 gespreksessies.