

BETER NAAR WERK BURN-OUT

Incl Burn-out Personal Profile

Recent onderzoek wijst uit dat 1 op de 6 werkende Nederlanders burn-out klachten vertoont. Werknemers met burn-outklachten zijn vaak emotioneel uitgeput en niet meer opgewassen tegen de eisen die het werk of hun omgeving aan hen stelt. Dit proces verloopt vaak langzaam en onbewust, en heeft veel impact op de werknemer en zijn (werk)omgeving. Dit maakt de juiste begeleiding essentieel is. Hiervoor heeft Meglio! op basis van jarenlange expertise en ervaring een uniek traject ontwikkeld, dat er voor zorgt dat medewerkers met een burn-out in 12 weken weer in balans zijn! Een belangrijk onderdeel hierin is het ACT® Burn-out Personal Profile. Dit is een meting die in beeld brengt waar bij de cliënt de burn-out door veroorzaakt is, maar belangrijker, welke competenties versterkt kunnen worden om duurzaam te herstellen!

Wanneer?

Werknemers met burn-outklachten of overbelastingsklachten. Het traject wordt ingezet wanneer de werknemer zich niet meer opgewassen voelt tegen de eisen die het werk stelt.

Wat doet de coach

Het ontwikkelen van een burn-out gebeurt vaak onbewust, waardoor juiste begeleiding essentieel wordt. In 10 bijeenkomsten wordt op maat gewerkt aan het verbeteren van de psychologische flexibiliteit en weerbaarheid van de cliënt.

Werkwijze

- Resultaatgericht, intensief en duurzaam.
- Een werkgerichte behandeling bestaande uit 10 begeleidende gesprekken met de werknemer waaronder een re-integratiegesprek met werknemer en werkgever.
- Het uitvoeren en bespreken van het ACT® Burn-out Personal Profile.
- Uitgevoerd door ervaren AO-psychologen, GZ-psychologen en systeemtherapeuten en ACToren
- Snel inzetbaar, geen wachtlijsten!

Tijdens het traject hanteert de expert de Acceptance and Commitment (ACT) filosofie, die dient als behandelmethodiek. De kern van deze filosofie omschrijft dat het vechten tegen onvermijdelijke zaken uiteindelijk ten koste gaat van een waardevol leven. Tegelijkertijd wordt er gekeken naar hetgeen waar de cliënt wél invloed en grip op heeft. Een ACT-meting maakt onderdeel uit van de begeleiding. Daarnaast werken wij persoonlijk en systeemgericht.

Resultaat

Aan het einde van het traject is de werknemer voldoende hersteld zodat hij of zij, (meestal al tijdens het traject), kan terugkeren naar werk. Een re-integratiegesprek tussen werkgever en werknemer is een onderdeel van het traject. De werkgever ontvangt op basis hiervan een advies.