

# SNELHERSTEL

Dit traject is gericht op werknemers die (werk)stress ervaren en daardoor vastlopen in zowel werk als het privéleven. Doel is om door snel ingrijpen de balans van medewerker te herstellen en uitval te voorkomen of te beperken.

## Wanneer?

Werknemer ervaart (werk)stress en heeft behoefte aan een steuntje in de rug. Meglio Snelherstel is een kortdurend traject, snel inzetbaar en gericht op resultaat! Het traject focust zich op het herstellen van de balans van een werknemer door in te gaan op zowel het persoonlijk- als beroepsmatig handelen.

## Wat doet de coach?

Om te voorkomen dat de klacht van de werknemer leidt tot verzuim, probeert de coach deze preventief terug te dringen.

## Werkwijze

- Kortdurend en intensief.
- Een werkgerichte behandeling, bestaande uit een intake met concrete adviezen voor werkgever.
- Twee werkgerichte begeleidende gesprekken voor werknemer, met in tussenfases huiswerkopdrachten voor werknemer.
- Uitgevoerd door ervaren AO-psychologen, GZ-psychologen en systeemtherapeuten.
- Snel inzetbaar, geen wachtlijsten!
- Indien nodig kan een vervolgtraject, na overleg, worden ingezet.

Tijdens het traject hanteert de expert de Acceptance and Commitment (ACT) methode 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 client wél invloed en grip op heeft.

## Resultaat

Werknemer krijgt inzichten en handvatten om te leren omgaan met de stressoren die hij of zij ervaart in het persoonlijk- of beroepsmatig handelen of de situatie waarin werknemer terecht is gekomen. Ook werkgever krijgt instructies (op procesniveau) hoe om te kunnen gaan met de situatie van werknemer. Hierdoor ontstaat een betere afstemming, communicatie en balans.

