



## Plan van aanpak ter bevordering van herstel en werkhervatting

**Een plan van aanpak helpt je inzichtelijk te maken welke activiteiten je herstel en je werkhervatting bevorderen.**

### **Problemen en mogelijke oplossingen**

Hieronder staat een aantal probleemgebieden met mogelijke oplossingen. Natuurlijk hoeven niet alle probleemgebieden op jouw situatie van toepassing te zijn.

Bij de mogelijke oplossingen na elk probleemveld kun je invullen welke activiteiten ondernomen kunnen worden om je herstel en re-integratie te bevorderen. Betrek hierbij het advies van de verzuimconsultant of de bedrijfsarts. Geef ook aan wie de activiteiten moet uitvoeren en wat daarvoor de planning is.

#### **1. Problemen op het gebied van werkinhoud**

##### **• Werkdruk**

*Mogelijke oplossingen:*

- aanpassing van het takenpakket
- hulp bij planning werkzaamheden (coaching, supervisie)
- bespreking van verwachtingen en omgaan met verwachtingen
- inzet van een vervanger
- hulp bij balans werk-privé (coaching, supervisie)
- meer tijd voor spiritualiteit (geestelijke begeleiding)

##### **• Te zware fysieke belasting**

*Mogelijke oplossingen:*

- aanpassing van het takenpakket
- inzet van hulpmiddelen
- ergonomische aanpassingen
- assistentie van collega's
- beperking in duur of tempo van de oude werkzaamheden

##### **• Discrepantie tussen taken enerzijds en motivatie/competenties/ mogelijkheden anderzijds**

*Mogelijke oplossingen:*

- andere verdeling werkzaamheden
- inzicht of wat je doet past bij je competenties:
  - heroriëntatie en beroepskeuzeadvies
  - trainingen gericht op het aanleren of verbeteren van vaardigheden (loopbaan)coaching
- inzicht of wat je doet past bij je motivatie/roeping:
  - heroriëntatie en beroepskeuzeadvies
  - trainingen gericht op het aanleren of verbeteren van vaardigheden



- (loopbaan)coaching

Activiteit	Wie	Planning

## 2. Problemen op het gebied van de arbeidsomstandigheden

- **Onregelmatig, onverwacht werk**
  - aanpassing werktijden
  - geen of juist wel avondwerk
  - zoeken van vervanging voor bijvoorbeeld crisispastoraat en uitvaarten
- **Werkruimte/pastorie/kerkgebouw**
  - ergonomische aanpassingen
  - bouwkundig technische aanpassingen
  - werkruimte elders creëren (betere scheiding werk-privé)

Activiteit	Wie	Planning

## 3. Problemen op het gebied van communicatie en onderlinge verhoudingen

- **Onbegrip, negatieve beeldvorming, conflictueuze situaties, werksfeer**
  - regelmatig voeren van overleg
  - zorgen voor duidelijke communicatie, zoals aangeven wat je nodig hebt
  - trainingen of cursussen op het gebied van communicatie, coaching, supervisie
  - bij een conflict of onveilige werksfeer: inschakelen classispredikant, visitatie of inzet mediation; van belang is de inzet van alle partijen die bij een conflict zijn betrokken om tot een oplossing te komen



Activiteit	Wie	Planning

#### 4. Problemen door persoonlijke omstandigheden

- **Belastende privéomstandigheden en problemen op het gebied van geloof en spiritualiteit**
- loopbaancoaching
- volgen van een cursus, training of scholing
- geestelijke begeleiding
- financieel advies/hulp
- inzet psychologische hulp, maatschappelijk werk
- zorgverlof

Activiteit	Wie	Planning

#### 5. Overige activiteiten

(activiteiten die je niet kwijt kunt in de bovenstaande categorieën)

Activiteit	Wie	Planning

Datum: