

Folder 'Re-integratie van een werknemer'

Praktische informatie en handreikingen voor bedrijfsartsen, werkgevers en collega's

In deze folder wordt uitgelegd wat de gevolgen in het werken kunnen zijn na ziekte van de werknemer. Daarnaast worden adviezen gegeven met betrekking tot de arbeidsre-integratie.

Het functioneren van de getroffene kan verstoord zijn na een periode van ziekteverzuim. Deze veranderingen in het functioneren hoeven niet altijd direct zichtbaar te zijn maar kunnen ook van invloed zijn op allerlei zaken met betrekking tot het werk. Voorbeelden zijn:

- **Persoonlijk functioneren**
Al dan niet zelfstandig kunnen functioneren, met of zonder hulp of controle.
- **Sociaal functioneren**
Omgaan met collega's, leidinggevenden, klanten.
- **Communiceren**
Zien, horen, lezen, schrijven, samenwerken met collega's aan taken, overleg voeren met één of meer collega's, deelnemen aan bijeenkomsten.
- **Uitvoeren van werkzaamheden**
Plannen en coördineren van taken, taakverdeling en verdeling van energie, gebruik van de handen, computer, apparaten, telefoon bedienen, tillen, langdurig zitten/staan.
- **Werktijden**
Aantal uur per dag/week.
- **Mobiliteit**
Binnen en buiten verplaatsen, traplopen, gebruik van vervoersmiddelen.
- **Werkomgeving**

Mate van omgevingslawaaï, bereikbaarheid en toegankelijkheid van het gebouw, gebruik van hulpmiddelen, bereikbaarheid met (openbaar) vervoer, wettelijke en financiële regelingen.

Specialisten kunnen helpen om met behulp van onderzoek en in overleg met de getroffen werknemer en de bedrijfsarts een inschatting te maken of werk tot de mogelijkheden kan behoren. Omdat de gevolgen individueel erg kunnen verschillen, is deze persoonlijke begeleiding tijdens het re-integratieproces zeer belangrijk. Wel is een aantal algemene adviezen te geven:

- **Zorg voor een stabiel takenpakket**
Het switchen tussen verschillende taken en het aanleren van nieuwe taken kan moeilijk zijn en veel energie en tijd kosten. Het aanbieden van een stabiel takenpakket met daarin niet te veel verschillende taken of veranderingen kan dan een oplossing zijn.
- **Geen tijdsdruk**
Het tempo van iemand kan lager liggen dan voor de periode van ziekteverzuim. Het is daardoor vaak niet mogelijk om hetzelfde te presteren. Wanneer dat wel verwacht wordt, wordt de druk heel groot. Tijdsdruk is echter sterk stress

verhogend en kost veel energie. Vaak is het energieniveau van een werknemer ook lager, wat maakt dat de prestaties hier extra onder kunnen lijden. Door minder hoge eisen te stellen of iemand een functie te geven waarbij er sprake is van minder tijdsdruk, kan de werknemer vaak goed functioneren.

➤ **Zorg voor een evenwichtige energieverdeling en voldoende herstelmogelijkheden**

Een ander gevolg van het hebben van een lager energieniveau kan zijn dat iemand minder lang achter elkaar kan werken en meer tijd nodig heeft om te herstellen. Als iemand het werk belangrijk vindt, kan het snel gebeuren dat alle energie opgaat aan het werken. Er blijft dan geen energie meer over voor thuis en het sociale leven. Dit leidt tot spanningen die een weerslag hebben op de kwaliteit van het werk en die kunnen leiden tot langdurig ziekteverzuim. Het bereiken van een goed evenwicht tussen werk en het sociale leven is dan ook het devies bij de arbeidsre-integratie.

➤ **Zorg voor een geschikte werkomgeving**

Er kan sprake zijn van versnelde afleidbaarheid, bijvoorbeeld door rinkelende telefoons, het langslopen van collega's en omgevingslawaai. Hier moet rekening mee gehouden worden bij het kiezen van de werkomgeving.

➤ **Accepteer veranderingen**

Accepteer de beperkingen en besef dat deze ook blijvend kunnen zijn. Dit geldt niet alleen voor de werkgever maar minstens zo sterk voor collega's en anderen met wie de

werknemer te maken heeft. Of en in welke mate er restverschijnselen blijven bestaan hangt onder andere af van het soort en de ernst van de aandoening van de werknemer. Maar ook als er restverschijnselen zijn, kan het zijn dat de werknemer in de loop van de jaren geleidelijk beter leert omgaan met de ontstane beperkingen. Dit kan een valkuil zijn: het lijkt hierdoor alsof hij of zij meer kan. Dit wekt soms verkeerde verwachtingen. Wanneer iemand in een geheel nieuwe situatie komt (door bijvoorbeeld promotie of overplaatsing), blijkt het functioneren soms achteruit te gaan in vergelijking met de oude vertrouwde situatie. Nieuwe begeleiding kan dan helpen het functioneren te verbeteren.

➤ **Maak gebruik van de middelen die beschikbaar zijn**

Soms heeft de werkgever recht op een financiële tegemoetkoming. Dat betreft onder meer loonkostensubsidies, vergoedingen voor verzuim, tegemoetkomingen voor de aanschaf van ondersteunende hulpmiddelen en de toegankelijkheid van het gebouw en de werkplek. Er kan een jobcoach ingezet worden. Een jobcoach kan langdurig het werkproces ondersteunen. De kosten komen over het algemeen voor rekening van de werkgever. In bepaalde gevallen kan het UWV hierin ondersteunen. Voor meer informatie verwijzen we u naar de website van UWV (www.UWV.nl) en het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (www.rijksoverheid.nl).

Belangrijk is te realiseren dat, ondanks de beperkingen en mogelijke problemen die genoemd zijn, er zeker mogelijkheden zijn dat iemand terugkeert naar werk. Soms is dit het eigen werk, soms aangepast werk. Om het hele proces te begeleiden kan de hulp van

verschillende deskundigen ingeroepen worden. Met de inzet, motivatie en betrokkenheid van de verschillende partijen is soms meer mogelijk dan misschien in eerste instantie gedacht.

Wilt u meer informatie of wilt u weten wat Heliomare voor u kan betekenen, neemt u dan contact met ons op via administratie-ai@heliomare.nl of telefoonnummer 088 920 88 88 (u kunt dan vragen naar administratie arbeidsintegratie)