



Fit in je werk: kort en effectief preventietraject

Duurzame inzetbaarheid en een hoog verzuimcijfer zijn al lang een 'hot item' in de sector. WGV zorg en welzijn wil haar leden ondersteunen bij het vergroten van duurzame inzetbaarheid van de zorgmedewerkers. Begin dit jaar is een nieuw initiatief ontstaan, onder de naam 'Fit in je werk'.

Merel Beld (links op foto) is herstelcoach bij stichting WOPiT. De stichting heeft meerdere locaties in Twente waar mensen met een psychiatrische kwetsbaarheid een zelfstandig appartement huren en gebruik maken van de aanwezige coaches als Merel om hun zelfstandigheid te vergroten en participatie in de maatschappij te bevorderen. Merel: "Dat doen we op een evenwaardige manier." Met 'evenwaardigheid' benadrukken de medewerkers van WOPiT de onderlinge verhoudingen, dezelfde reden waarom er niet gesproken wordt over cliënten, of huurders, maar over 'members'. Merel meldde zich aan via de website van ZorgSelect voor Fit in je werk.

"We hebben een initiatief ontwikkeld dat zich richt op de voorkant, op preventie". Alja Bonthuis is adviseur duurzame inzetbaarheid bij WGV zorg en welzijn en daarmee ook betrokken bij Fit in je werk. "Vanuit onze rol als loopbaan-/re-integratieadviseur begeleiden wij veel medewerkers in een 2e spoortraject. Dit zijn medewerkers die langdurig ziek zijn. Met Fit in je werk hebben we een initiatief ontwikkeld dat zich richt op de voorkant, op preventie. We geloven erin dat dit bijdraagt aan het voorkomen van uitval en ziekte onder zorgmedewerkers."

Gratis aangeboden

Fit in je werk is een kortlopend traject dat momenteel gratis wordt aangeboden aan alle organisaties die bij WGV zijn aangesloten. De start bestaat uit het invullen van een (online) vragenlijst, gevolgd door twee individuele gesprekken.

Alja: "We hebben gekozen voor de DIX-vragenlijst, de Duurzame Inzetbaarheids index. Dat is een gevalideerde, wetenschappelijk onderbouwde vragenlijst die een heel goed beeld geeft van waar krachten en eventuele knelpunten zitten. Deze gebruiken we als insteek voor het gesprek dat erop volgt. Hierdoor kom je heel snel tot de kern. We merken dat het een voordeel is dat we een onafhankelijke partij zijn: de medewerker meldt zichzelf aan en alles kan moeiteloos ter sprake worden gebracht."

Sluimerende problemen

De DIX-vragenlijst is vrij uitgebreid en omvat een breed terrein. Alja: “De DIX geeft inzicht in belangrijke kernonderdelen van duurzame inzetbaarheid, zoals gezondheid en energie, kennis en vaardigheden, motivatie en betrokkenheid en werk-privé balans.

Het geeft inzicht in hoe je als medewerker in het werk staat. Bij de twee vervolgesprekken heeft de medewerker zelf de regie. De vragenlijst dient er slechts voor om sluimerende problemen manifest te maken. Afsluitend maakt de deelnemer een plan van aanpak.”

Voor Merel geldt dat ze zich heeft aangemeld, zonder dat ze in haar werk een concreet probleem ervoer. “HR bood dit aan via ons intranet”, aldus Merel. “Het gaat om preventie en ik was benieuwd of ik iets tegen zou komen dat wel een rol speelt, maar waarvan ik me nu nog niet bewust ben. Je wilt tenslotte wel 100% goed kunnen coachen.”

Mogelijk verzuim

“Er waren zeker eye-openers voor me,” zegt Merel. “Alja heeft mij eerst aan het denken gezet over wat mij werkplezier geeft en welke taken juist energie wegnemen. Ten tweede kwam mijn hoge verantwoordelijkheidsgevoel naar voren. Ongemerkt en onbedoeld lagen er veel taken op mijn bordje. Door de preventieve aanpak van het Fit in je werk-traject heb ik meer balans aangebracht in mijn werk, om zo het risico op verzuim te verkleinen. Ik heb werkplezier vooropgesteld en ik ben kritisch gaan kijken naar taken die energie laten wegvloeien. Door meer samen te werken met collega’s en verantwoordelijkheden terug te leggen waar ze horen, ervaar ik nu veel meer rust en ruimte.”

“Het gaat om een preventietraject, dus het is lastig meetbaar wat het effect op het verzuimcijfer is”, aldus Alja. “Wat we wel zien, is dat mensen concrete interventies plegen; iets veranderen waardoor ze weer meer tevreden aan het werk gaan. Sommige lidinstellingen hebben zelf al een vergelijkbaar traject. Maar veel ook niet, zo blijkt uit de grote belangstelling hiervoor. Sinds april zijn er al 145 aanmeldingen binnengekomen.”

Meld je ook aan voor Fit in je werk

Wil jij net als Merel meer balans of rust en ruimte? Of zijn er andere zaken die jij nodig hebt om gezond, gelukkig en betrokken aan het werk te blijven? Met deze belangrijke vragen ga je tijdens Fit in je werk aan de slag met een onafhankelijke loopbaanadviseur. Samen bespreek je hoe het gaat met onder andere jouw gezondheid en energie, kennis en vaardigheden, motivatie en betrokkenheid en met jouw werk-privé balans. Ook bij jou gebruiken we een DIX-vragenlijst (Duurzame Inzetbaarheids Index), een wetenschappelijk gevalideerd instrument. Tijdens de gesprekken onderzoeken we samen wat je kan verbeteren en stellen we een persoonlijk actieplan op waarmee jij zelfstandig aan de slag gaat. Fit in je werk is gratis voor medewerkers van aangesloten organisaties in ons netwerk en bestaat uit 2 gesprekken en de digitale vragenlijst.

Aanmelden

Meer weten?

Alja Bonthuis

Adviseur duurzame inzetbaarheid

