

Burn-Out Protocol

INLEIDING

Onderzoek uitgevoerd door het magazine Trends¹ geeft aan dat 11% van alle Belgische werknemers zich in 2013 gediscrimineerd voelde: 10% klaagde over pesterijen. 1,4% voelde zich het slachtoffer van ongewenst seksueel gedrag, en niet minder dan 16% ervoer agressie op het werk. Dat is meer dan een verdubbeling in vergelijking met 2012 en dat vooral in de dienstensector.

Nog niet zo lang geleden werden werknemers die last hadden van stress en burn-out bestempeld als zijnde zwak. Het probleem behoorde tot de taboesfeer en werd bijgevolg vaak verzwegen, zowel in de privé- als in de werkomgeving. De nieuwe wetgeving m.b.t. psychosociale risico's op het werk ging van kracht op 1 september 2014. Een van de positieve, nu al voelbare gevolgen van deze wetgeving is dat het thema psychosociale belasting breed en bovendien niet repressief gedefinieerd wordt. De wet biedt kansen aan medewerkers en werkgevers om gezamenlijk op zoek te gaan naar oplossingen en ze draagt bij tot het bespreekbaar maken van een problematiek die de werkcontext overstijgt.

Naast de sensibilisering en preventie die voorzien worden door de Wet van 1 september biedt het onderstaande Protocol in essentie een kader dat verder gaat dan de klassieke curatieve tussenkomst. De ambitie van het Stappenplan is om een multi-disciplinair antwoord te bieden op de burn-out problematiek en uiteindelijk werknemers op verschillende niveaus te ondersteunen om hier beter mee om te gaan. Een snelle en duurzame reïntegratie van de werknemer staat hierbij centraal.



¹ Magazine Trends, 3 september 2014, Artikel "Wat bedrijven kunnen doen om burn-out en stress aan te pakken" door David Ducheyne.



AANPAK

Hercules Academy werkt samen met zowel ervaren dokters als personal coaches om een professionele en mensvriendelijke weg te zoeken uit de gevolgen van deze werkziekte.

Alle programma's vergen steeds een individuele aanpak.

De plaats en snelheid van de training/behandeling wordt in onderling overleg bepaald samen met de werknemer, zodat deze op geen enkel moment de indruk krijgt dat er druk wordt uitgeoefend.

De HR verantwoordelijke krijgt inzage in het persoonlijke Begeleidingsplan na het intake gesprek alsook in het reïntegratieverslag. Medische en psychoanalytische informatie valt uiteraard onder het doktersgeheim en wordt onder geen enkel beding gedeeld met de werkgever en/of derden.

STAPPENPLAN

Het Protocol volgt steeds de onderstaande stappen.



1. Intake en opmaak dossier

De Hercules Academy begeleidingscoach maakt een persoonlijke afspraak met de betrokken werknemer om het stappenplan te overlopen en te bekijken of hij/zij zich kan vinden in het programma.

2. Medische diagnose en medisch dossier

Voor de medische diagnose heeft de betrokkene de keuze: de eigen huisarts of een arts aanbevolen door de Hercules Academy.

Een bloedonderzoek wordt aangeraden. Het medisch geheim is hier van toepassing.

3. Analyse fase

Bij de aanvang van het programma onderzoeken de coaches welk persoonlijkheidstype de werknemer heeft. Elk persoonlijkheidstype heeft namelijk zijn eigen graad van burn-out gevoeligheid en zijn eigen "triggers", die de burn-out veroorzaken.

De evolutieve persoonlijkheidstype test is een erkende en veel gebruikte methode. Deze test biedt een prima indicator of de persoon in kwestie een negatieve dan wel een positieve persoonlijke evolutie doormaakt in deze levensfase. Bovendien maakt de test ook duidelijk tastbaar welk concreet veranderingspatroon mogelijk is in deze fase.

Het Kerntalentenonderzoek geeft een duidelijk beeld van de aangeboren talenten van de werknemer aan de hand van concrete vragen i.v.m zijn/haar jeugd. Een job of taakomschrijving waarbij talenten vereist zijn die weinig aanwezig zijn bij de werknemer kan een aanleiding zijn tot burn-out klachten. Dit onderzoek kan daarom een belangrijke rol spelen bij het detecteren van de oorzaak van burn-out.

In deze fase wordt er ook gezocht naar de "trigger", de concrete gebeurtenis die aanleiding gaf tot het ontstaan en veruiterlijking van de burn-out.

Een combinatie van de hierboven genoemde tests en gesprekken geven een duidelijk inzicht in het "hoe" en "waarom" van de burn-out. Daarnaast zijn ze een cruciaal onderdeel in het voorkomen van een eventuele terugval in een later stadium van de behandeling.

EMPLOYEE TRIFECTA



4. Energie opbouw fase

De aanpak van de Hercules Academy is multidisciplinair. Dit biedt het voordeel dat er gewerkt wordt met energie-opbouwende voeding en beweging. Dit zorgt ervoor dat het lichaam de nodige hormonen aanmaakt die de persoon op dat moment nodig heeft om uit zijn/haar ogenschijnlijke impasse te geraken.

Het voedingsprogramma wordt gecombineerd met een mentale weerbaarheidstraining schema, wat de werknemer na een verloop van tijd genoeg energie en moed zal bezorgen om de reïntegratiefase aan te vatten.

Een tweede bloedonderzoek is aan te raden net voor aanvang van de reïntegratiefase.

5. Reïntegratiefase

In de reïntegratiefase bekijken coach en betrokkene op welke manier en wanneer de werknemer terug aan het werk kan. Daarnaast komen de veranderingen aan bod die nodig zijn zowel op privé- als op werkvlak om een eventuele terugval te voorkomen. Onderzoek toont namelijk aan dat personen die ooit geleden hebben aan een burn-out gevoeliger zijn voor nieuwe burn-outs. Door samen de "valkuilen" te identificeren wordt hier op een tastbare manier aan gewerkt.

De toekomstplannen/veranderingen van de persoon in kwestie worden in deze fase ook gedetailleerd besproken en uitgeschreven als kapstok voor de volgende weken/maanden.

Het verslag wordt besproken met de werknemer en vervolgens met de HR verantwoordelijke van het bedrijf met het oog op het takenpakket van de werknemer.

Twee maanden na het hervatten van het werk raden we ten stelligste aan om een opvolggesprek te plannen, teneinde de evolutie van de persoon in kwestie te bespreken.

TEAM

Hercules Academy werkt met een aantal gecertificeerde coaches met jarenlange ervaring in de psychologie, psycho-energetica en mentale coaching.

Daarnaast heeft de Hercules Academy een partnership uitgebouwd met enkele referentie artsen in verschillende delen van het land.

Oost-Vlaanderen

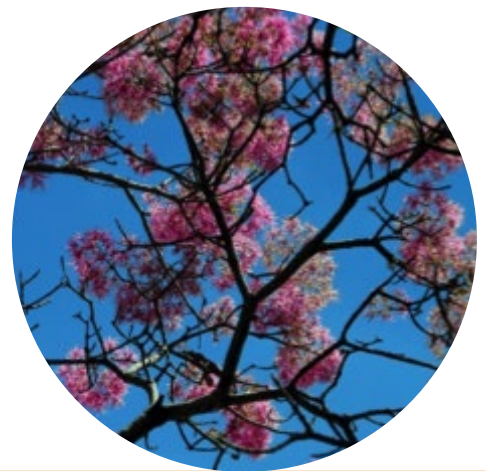
Dr. Jutta Borms
Molenstraat 87
9140 Tielrode

Vlaams Brabant

Dr. Rolf Steenwegen
Molenstraat 73
1700 Dilbeek

Antwerpen

Dr. Magali Marlier
Van Strydoncklaan 8
2160 Wommelgem



CONTACT

Hercules Academy

Tel.: 015.252658

E-mail: info@herculesacademy.com

Hercules Academy is een onderdeel van de Herculean Holding.

Blogsite: www.herculeanthatshowifeeltoday.com



Herculean: your partner in corporate wellbeing

Hercules Trophy - Hercules Academy - Hercules Events

Belgium - United States - United Arab Emirates - Germany - South Africa - Spain - Baltics - Poland