

SAMENWERKEN AAN...



Psychische klachten zijn een belangrijke reden voor (langdurig) verzuim binnen de zorg. Om ziekteverzuim te voorkomen is het noodzakelijk dat werkgevers sterker gaan inzetten op het behoud van niet zieke werknemers. Een laagdrempelige en noodzakelijke stap hierin is het bespreken van het effect van stress op de mentale gezondheid van werknemers. Dit gesprek wordt door werknemer en werkgever als lastig ervaren. De Navigating Stress toolkit helpt om op een speelse, innovatieve en laagdrempelige manier het onderwerp stress bespreekbaar te maken. Dit kan één op één, maar ook binnen teams. Zowel belemmerende als stimulerende factoren worden inzichtelijk en indien nodig worden ook oplossingen bedacht en geformuleerd. Iets wat we vanuit Planetree omarmen omdat het bijdraagt aan meer werkplezier en betere zorg.

De expeditie

Aan de hand van de Navigating Stress Toolkit leren teams om op een laagdrempelige manier een gesprek over stress te voeren. Zowel in groepsverband als één op één.

Teams leren allereerst van een expeditieleider meer over hoe stress in elkaar steekt en gaan vervolgens in groepjes op expeditie. Dit gebeurt aan de hand van een stresslandschapskaart. Deelnemers krijgen inzicht in hun eigen stressoren, maar ook in die van collega's. Welke situaties brengen stress, hoe is dat merkbaar en hoe gaan we daarmee om?

De toolkit laat zien dat er naast negatieve aspecten van stress, ook positieve aspecten zijn. Teams leren zo beter op elkaar inspelen, met als resultaat: meer werkgeluk.

Interesse? Klik hier!
We helpen je graag op weg.

Wat gaan we doen:

- Kennisdeling over stress (plenair)
- Spelen van het Navigating Stress spel in kleine groepjes
- In een persoonlijk paspoort, onderdeel van de toolkit, worden persoonlijke bevindingen opgeschreven. Hier gaat iedere deelnemer individueel of met hulp aan de slag.
- Aan de hand van een reflectie methode worden de verschillende teamdynamieken samen in beeld gebracht en worden afspraken gemaakt of en hoe deze opvolging krijgen.
- Planetree biedt ondersteuning aan de organisatie om het thema en de uitkomsten te borgen d.m.v. een organisatie intake en begeleiding voor teamleiders.
- De expeditie wordt in train-de-trainer vorm aangeboden. Op deze wijze kan de tool regelmatig ingezet worden en blijft de kennis in de organisatie.