

HAND-OUT

GESPREKSVRAGEN VERZUIM VANUIT PRIVÉ

Deze hand-out ondersteunt leidinggevenden bij het respectvol bespreken van factoren die het welzijn en functioneren van medewerkers beïnvloeden.

GESPREKSSTART

Creëer een veilig klimaat, bied ruimte en luister.

- Hoe gaat het écht met je?
- Ik merk dat je wat vaker uitvalt / minder lekker in je vel lijkt te zitten. Klopt dat voor jou?
- Is er iets waar je op dit moment ondersteuning bij kan gebruiken?

FINANCIËN

Financiële stress kan leiden tot fouten, verminderde productiviteit en verzuim.

- Hoe gaat het met je energie en focus op het werk de laatste tijd?
- Ervaar je op dit moment zorgen die jouw werk beïnvloeden?
- Weet dat, als er financiële stress speelt, we kunnen meedenken over passende ondersteuning.



RELATIES

Relatieproblemen hebben grote invloed op functioneren en verzuim.

- Soms spelen er privé dingen die veel energie kosten. Herken je dat op dit moment?
- Merk je dat er thuis dingen spelen die jouw werkvermogen beïnvloeden?
- Wat zou jou helpen op dit moment?

MANTELZORG

1 op de 3 medewerkers heeft mantelzorgtaken; risico op langdurig verzuim.

- Heb je naast je werk ook zorgtaken die veel van je vragen?
- Hoe combineer je werk en zorg?
- Waar kunnen wij rekening mee houden of in meedenken om het voor jou behapbaar te houden?

OBESITAS

Obesitas geeft gemiddeld 14 extra verzuimdagen. Niet praten over gewicht, maar over vitaliteit en belastbaarheid.

- Hoe gaat het met je energie gedurende de dag?
- Merk je dat je werk fysiek of mentaal meer vraagt dan voorheen?
- Wat zou kunnen helpen om je vitaliteit te versterken?

OVERGANG

Veel vrouwen ervaren overgangsklachten, dit kan soms op burn-out lijken.

- Ik hoor vaker dat medewerkers in deze levensfase uitdagingen ervaren. Hoe ervaar jij dat op dit moment?
- Merk je lichamelijke of mentale klachten die je werk beïnvloeden?
- Wat zou jou kunnen helpen om je werk beter vol te houden op dagen dat het minder gaat?

ROUW & VERLIES

Rouw kan 59–219 dagen merkbare impact hebben, afhankelijk van het verlies.

- Allereerst: hoe gaat het nu met jou, in deze moeilijke periode?
- Wat heb jij op dit moment nodig om je werk vol te houden of weer te gaan oppakken?
- Wil je dat we rekening houden met bepaalde momenten of taken?

ALCOHOL

16,5% drinkt riskant; dit veroorzaakt veel verzuim. Let op: geen directe vragen naar gebruik. Wel functievermogen en veiligheid bespreken.

- Ik merk ... (bijv. verminderde alertheid / concentratie). Herken jij dat?
- Zijn er dingen die jouw energie of focus beïnvloeden?
- We kunnen altijd samen zoeken naar passende ondersteuning als je dat wilt.

SLAAP

Veel mensen hebben te maken met slaapproblemen, dit heeft een grote impact op de werkvloer.

- Hoe slaap je de laatste tijd?
- Merk je dat vermoeidheid effect heeft op je werkdag?
- Zijn er dingen die het voor jou makkelijker maken om fit aan de werkdag te beginnen?

AFSLUITING GESPREK

- Wat neem jij mee uit ons gesprek?
- Welke vervolgstappen spreken we samen af?
- Hoe kan ik je hierbij blijven ondersteunen?
- Wanneer plannen we een vervolgesprek?

