



Sterk Terug

Re-integratie en kanker

Herstel je kracht, hervind je werk.

VOOR WERKGEVERS EN HR

Een medewerker weer aan het werk na kanker: *hoe pak je dat goed aan?*

Een praktische brochure om je medewerker goed te begeleiden en de juiste ondersteuning te bieden.

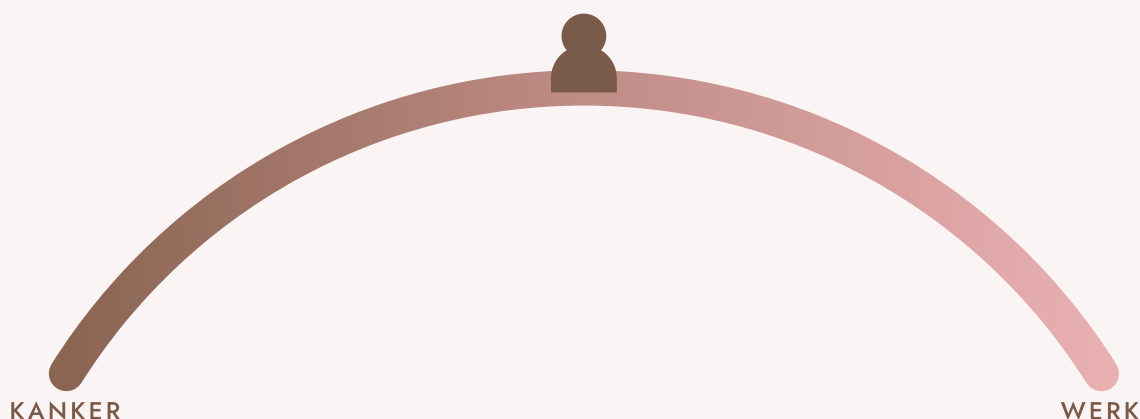
VOORDAT JE BEGINT

Waarom deze brochure er is

Veel werkgevers merken dat de terugkeer naar werk na kanker vaak anders verloopt dan verwacht. Ook als iedereen zich inzet, er duidelijke afspraken zijn gemaakt en de bedoeling goed is, blijkt het in de praktijk soms lastiger dan gedacht.

Dat ligt meestal niet aan de motivatie van je medewerker of aan de mensen die betrokken zijn. Vaak zijn er gevolgen van kanker die niet direct zichtbaar zijn, maar wel invloed hebben op wat je medewerker aankan.

In deze brochure lees je welke omstandigheden een rol spelen, waarom de terugkeer naar werk soms moeizamer verloopt dan verwacht en wat je kunt doen om je medewerker beter te ondersteunen. Zo begrijp je beter wat er achter het gedrag en de uitdagingen van je medewerker schuilgaat en kun je met meer vertrouwen de juiste keuzes maken.



IN DEZE BROCHURE ONTDEK JE

- 3 belangrijke redenen waarom de terugkeer naar werk na kanker soms vastloopt;
- 5 inzichten die laten zien hoe specialistische ondersteuning het verschil kan maken;
- Wanneer het slim is om hulp in te schakelen, zodat je niet hoeft te wachten tot problemen ontstaan;
- Een praktijkvoorbeeld, zodat je ziet hoe dit er in de dagelijkse praktijk uit ziet.



DE PRAKTIJK

Herken je dit?

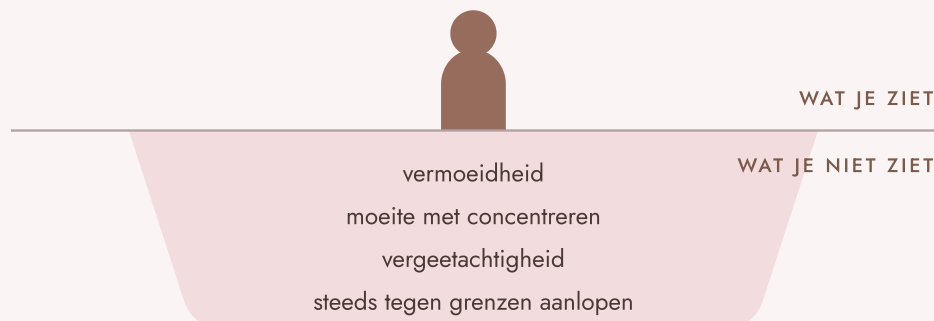
- Een medewerker rondt de behandelingen af en wil graag weer aan het werk. Jullie volgen samen de adviezen op, maken duidelijke afspraken en stellen een opbouwschema op.
- Je medewerker is weer terug op de werkvloer en lijkt er fysiek goed uit te zien. Toch merk je dat het werk meer energie kost dan voorheen. De medewerker vergeet dingen, raakt sneller vermoeid en heeft moeite om de afgesproken uren vol te houden. Daardoor verloopt de terugkeer naar werk anders dan jullie hadden verwacht.
- Je doet wat nodig is, volgt adviezen op en maakt samen afspraken. Toch lukt het je medewerker niet om het werk vol te houden zonder steeds een stap terug te doen. Daardoor vraag je je af waarom het niet lukt en wat er nodig is om weer vooruit te komen.
- Je ziet dat je medewerker graag weer aan het werk wil, maar in de praktijk tegen dingen aanloopt die je niet altijd ziet of begrijpt. Daardoor is het lastig om te bepalen wat helpt en wat juist te veel gevraagd is.
- De ene week lijkt je medewerker vooruit te gaan, terwijl het de volgende week weer tegenzit. Tegelijkertijd wil je er zeker van zijn dat je als werkgever doet wat er van je verwacht wordt. Dat kan onzekerheid geven, omdat je geen belangrijke stappen wilt missen.

NA HET LEZEN

Wat levert deze brochure jou op?

Na het lezen van deze brochure:

- Begrijp je beter waarom de terugkeer naar werk na kanker vaak anders verloopt dan vooraf gedacht;
- Herken je signalen dat je medewerker meer moeite heeft met het werk dan zichtbaar is;
- Krijg je inzicht in wat je medewerker kan helpen om weer stap voor stap vooruit te komen;
- Weet je beter wat je kunt doen om je medewerker tijdens de terugkeer naar werk te ondersteunen;
- Voel je je zekerder in de keuzes die je als werkgever onderweg moet maken.



HET DOEL

Zo vergroot je de kans dat je medewerker weer aan het werk kan én aan het werk blijft.

Dat zorgt voor meer duidelijkheid voor zowel je medewerker als je organisatie.

Herstel je kracht, hervind je werk.

3 redenen waarom de terugkeer naar werk na kanker soms vastloopt

1

De gevolgen van kanker zijn niet altijd zichtbaar

De behandelingen zijn afgerond en je medewerker wil graag weer vooruit. Toch merk je dat dingen niet gaan zoals voorheen. Je medewerker vergeet afspraken, raakt sneller vermoeid, heeft moeite om zich te concentreren of loopt steeds opnieuw tegen dezelfde grenzen aan.

Daardoor lijkt het soms alsof je medewerker alweer veel aankan, terwijl dat in de praktijk nog niet zo is. De opbouw gaat te snel, je medewerker moet een stap terug doen en de terugkeer naar werk duurt langer dan nodig.

2

Het is niet altijd duidelijk wat je medewerker nodig heeft

Je ziet dat je medewerker zijn best doet en graag weer aan het werk wil. Toch is niet altijd zichtbaar waar hij of zij precies tegenaan loopt of wat helpt om weer verder te komen.

Daardoor kan het lastig zijn om de juiste keuzes te maken.

Wat voor de ene medewerker goed werkt, kan voor de andere juist te veel zijn. Zonder goed inzicht bestaat de kans dat ondersteuning en verwachtingen niet goed aansluiten bij wat je medewerker op dat moment aankan.

3

Hulp wordt vaak pas ingezet als het niet meer goed gaat

Vaak wordt extra ondersteuning pas ingeschakeld wanneer een medewerker vastloopt, dreigt uit te vallen of wanneer er twijfel ontstaat over hoe het verder moet. Daardoor gaan kansen verloren om eerder bij te sturen.

Problemen stapelen zich op, de terugkeer naar werk duurt langer en vraagt meer tijd en energie van zowel de medewerker als de organisatie.

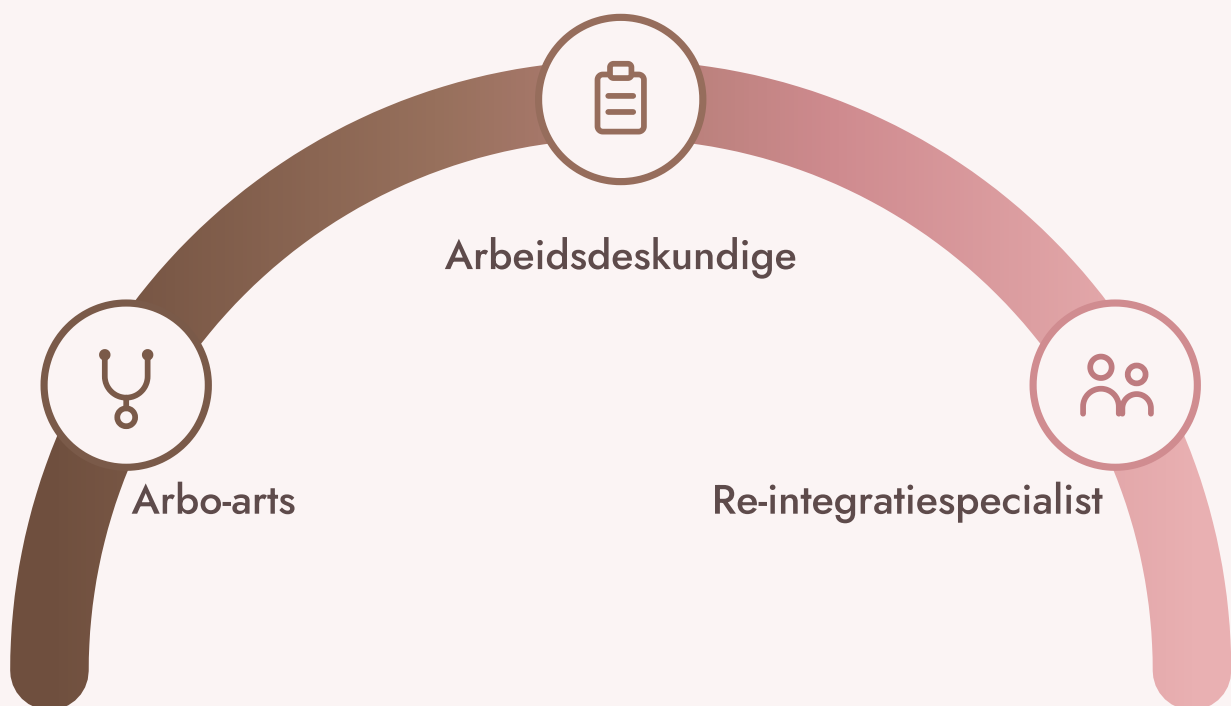
HET GOEDE NIEUWS

Wanneer je deze signalen op tijd herkent, kun je eerder de juiste ondersteuning inzetten.

Daardoor ontstaat meer duidelijkheid over wat je medewerker nodig heeft en welke stappen verstandig zijn.

Wanneer is het slim om hulp in te schakelen?

Het liefst voordat er problemen ontstaan. Hoe eerder je meekijkt, hoe meer ruimte er is om bij te sturen. Je hoeft dus niet te wachten tot je medewerker vastloopt.



WAT DAT OPLEVERT

Dat vergroot de kans dat je medewerker weer aan het werk gaat én aan het werk blijft. Bovendien geeft het jou als werkgever meer vertrouwen dat je doet wat nodig is.

Herstel je kracht, hervind je werk.

Dit levert specialistische ondersteuning bij de terugkeer naar werk op

- 1** Je voorkomt dat je medewerker steeds een stap terug moet doen
Je herkent eerder wanneer de opbouw te snel gaat of wanneer je medewerker tegen grenzen aanloopt die niet meteen zichtbaar zijn. Daardoor kun je op tijd bijsturen, voordat er opnieuw problemen ontstaan.
- 2** Je begrijpt beter wat je medewerker nodig heeft
Je medewerker wil graag vooruit, maar het is niet altijd duidelijk wat daarbij helpt. Moet je meer ruimte geven, juist stimuleren of het tempo aanpassen?

Met de juiste kennis krijg je beter inzicht in wat er speelt, zodat je met meer vertrouwen keuzes kunt maken.
- 3** Je verkleint de kans dat de terugkeer naar werk vastloopt
Wanneer herstel en werk beter op elkaar aansluiten, is de kans kleiner dat je medewerker over zijn of haar grenzen gaat. Daardoor verloopt de terugkeer naar werk vaak soepeler en met minder onderbrekingen.
- 4** Je krijgt meer rust en duidelijkheid
Je hoeft minder te twifelen over wat een verstandige volgende stap is. Je weet beter waar je op moet letten en welke ondersteuning je medewerker nodig heeft om verder te komen.
- 5** Je vergroot de kans dat je medewerker aan het werk blijft
Door op tijd de juiste ondersteuning in te zetten, verklein je de kans op langdurige uitval. Je medewerker krijgt meer kans om stap voor stap terug te keren naar werk op een manier die vol te houden is. Zo behoud je waardevolle kennis en ervaring binnen je organisatie.

HET RESULTAAT

Meer duidelijkheid over wat je medewerker nodig heeft, meer vertrouwen in de keuzes die je maakt en een grotere kans dat je medewerker weer goed aan het werk gaat én aan het werk blijft.

UIT DE PRAKTIJK

Van vastlopen naar *weer vooruitkijken*

De situatie

Na haar behandeling voor darmkanker wilde deze medewerker graag weer aan het werk. Ze was gemotiveerd en wilde vooral laten zien dat ze het nog steeds kon.

Toch liep ze steeds tegen dezelfde problemen aan. Ze vergat afspraken, vroeg nauwelijks om hulp en ging vaak door terwijl ze eigenlijk al over haar grens heen was. Eigenschappen die haar vroeger succesvol maakten, zoals doorzettingsvermogen, zelfstandigheid en altijd maar doorgaan, zaten haar nu juist in de weg. Daardoor kostte het herstel meer tijd en liep de terugkeer naar werk steeds opnieuw vast.

Onze aanpak

Samen hebben we gekeken naar wat deze medewerker nodig had om weer stap voor stap vooruit te komen. Ze leerde dat hulp vragen geen teken van zwakte is, maar juist kan helpen om verder te komen. Daarnaast hebben we gewerkt aan:

- Begrijpen welke invloed kanker en de behandelingen nog steeds hadden op haar dagelijks leven;
- Herkennen van gewoontes die haar herstel in de weg zaten;
- Leren omgaan met haar energie en beter haar grenzen bewaken;
- Meer inzicht krijgen in wat zij wel en niet aankon;
- Praktische stappen om werk en herstel beter op elkaar af te stemmen.

UIT DE PRAKTIJK

De resultaten

1

Voorkomen dat het traject vastliep

De leidinggevende schakelde Sterk Terug direct na de behandelingen in. Daardoor werden signalen zoals vergeetachtigheid, onzekerheid en steeds over grenzen heen gaan vroeg herkend. Zo kon op tijd worden bijgestuurd en werd voorkomen dat de medewerker opnieuw vastliep.

2

Meer vertrouwen en balans

De medewerker kreeg beter inzicht in haar situatie en leerde haar grenzen herkennen. Ze ontdekte dat haar sterke eigenschappen haar soms juist in de weg zaten. Door anders met haar energie om te gaan en hulp te accepteren, kreeg ze meer vertrouwen in zichzelf en de toekomst.

3

Ondersteuning en advies voor werkgever

Ook de werkgever kreeg hulp bij de keuzes die onderweg gemaakt moesten worden. Daardoor werd duidelijker wat de medewerker nodig had en welke aanpak het beste aansloot bij haar situatie. Dat gaf meer rust, minder onzekerheid en een betere afstemming.

4

Stap voor stap weer opbouwen

De medewerker kon haar werk rustig uitbreiden, zonder steeds een stap terug te moeten doen. Door op tijd aandacht te besteden aan de problemen die onderweg ontstonden, bleef er beweging in het proces en kon zij haar werkuren geleidelijk verder uitbreiden.

5

Overzicht tijdens het hele traject

Alle afspraken, ontwikkelingen en vervolgstappen werden goed vastgelegd. Daardoor wist iedereen waar hij aan toe was en was altijd duidelijk welke keuzes waren gemaakt en waarom.



TOT SLOT

Herken je jouw medewerker in deze brochure?

Dan is het vaak prettig om samen naar de situatie te kijken.

Wij helpen werkgevers en medewerkers om beter te begrijpen wat er speelt, welke uitdagingen er zijn en welke stappen kunnen helpen om weer vooruit te komen.

Neem vrijblijvend contact op. Samen kijken we wat jouw medewerker nodig heeft om weer met vertrouwen aan het werk te gaan.



Wie wij zijn

Wij zijn Claudia Bastiaansen en Ina Mulder. Met meer dan 25 jaar gezamenlijke ervaring in zorg, HR, verzuim en re-integratie begeleiden wij mensen, werkgevers en ketenpartners naar een duurzame terugkeer naar werk.

Sterk Terug is actief in Drenthe, Groningen, Friesland en Overijssel.

NEEM VRIJBLIJVEND CONTACT OP

E-MAIL	contact@sterkterug.nl
TELEFOON	085 - 016 02 04
WEBSITE	sterkterug.nl

Sterk Terug VOF · KVK 42143881 · BTW NL869912513B01 · Herstel je kracht, hervind je werk.
De sfeerbeelden met mensen zijn met AI gemaakt; de foto van Claudia en Ina is echt.