

mens



18 april 2015 - Symposium: Werken zonder beperkingen



Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

werk *

* **inkomen**

karel bootsman



Werkplek: van alle kanten bekeken



mens



werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Programma

- * Voorstellen**
- * Rechten en plichten van werkenden**
- * Hoe kom ik aan werk met mijn beperkingen?**
- * Stress: Wat is het (ongeveer)?**
 - Is het wel zo erg (relativering)?**
 - Wat doe ik eraan?**
- * Pleziermanagement**

mens



werk *

* inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Wie bent u?

- * [Nederlandse Hypofyse Stichting](#)
- * [ITP Patiëntenvereniging](#)
- * [NVVR 'de Wervelkolom'](#)
- * [Psoriasis Vereniging Nederland](#)
- * [Belangenvereniging van Kleine Mensen](#)
- * [de Vereniging van Tietze- en costochondritispatiënten](#)
- * [Prikkelbare Darm Syndroom Belangenvereniging](#)
- * [Vereniging van Scoliosepatiënten](#)
- * [Nederlandse Vereniging van Hoofdpijn Patiënten](#)
- * [Galactosemie Vereniging Nederland](#)
- * [Vereniging Impuls & Woortblind](#)

mens



En wie ben ik?

werk *

* inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen



[NEDERLANDSE VERENIGING
VAN ARBEIDSDSKUNDIGEN]

Onafhankelijk en specialist



mens



werk *

* inkomen



*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

PARTICIPATIE*werkt*.NL

De vacaturebank voor de participatiewet



War for
Wajong

Onderzoek naar de
strijd om talentvolle
Wajongers op de
Nederlandse
arbeidsmarkt

iG!

mens



werk *

* inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Wet Verbetering Poortwachter

Loondoorbetaling van 104 weken:

- * Week 1: Uiterlijk binnen één week dient werknemer te worden gemeld bij de Arbodienst of bedrijfsarts
- * Week 6: Probleemanalyse
- * Week 8: Plan van Aanpak (iedere zes weken evaluatie)
- * Week 42: Melding UWV
- * Week 52: Eerstejaarsevaluatie
- * Week 88: Bericht UWV over WIA-uitkering
- * Week 91: Eindevaluatie
- * Week 93: Uiterlijk indienen WIA-aanvraag

mens



werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Re-integratie

*** In eigen werk, ander werk bij eigen werkgever,
ander werk elders**

*** Middelen: Aanpassingen**

Voorzieningen

Scholing/opleiding

Re-integratiebedrijf

Werkscan

Participatietool

*** Verplichting mee te werken aan uw re-integratie**

mens



werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Niet werkenden met beperkingen

- * Zelf werk zoeken
- * Re-integratiebedrijven
- * Participatiewet
- * Voordelen werkgever: Bepaalde premiekorting
Loondispensatie
No risk polis
Subsidies bij aanpassing



Hoe geeft u nu invulling aan de Participatiewet?

- * In voorbereiding/nog niet**
- * Samenwerken UWV**
- * Samenwerken bureaus**
- * Vacatureteksten aanpassen**
- * Regionale samenwerkingen**



Drie oplossingsrichtingen

1. Geïstitutionaliseerde oplossing

- Route UWV, Gemeente, Stakeholders
- Convenanten, intenties, formaliteiten

2. Re-integratiebureaus

- Intermediairs, gespecialiseerde bureaus
- Begeleiding, jobcarving en functioncreation

3. Directe en indirecte werving

- Branding en positionering
- Inspelen 'matching en finding' doelgroep

mens
*

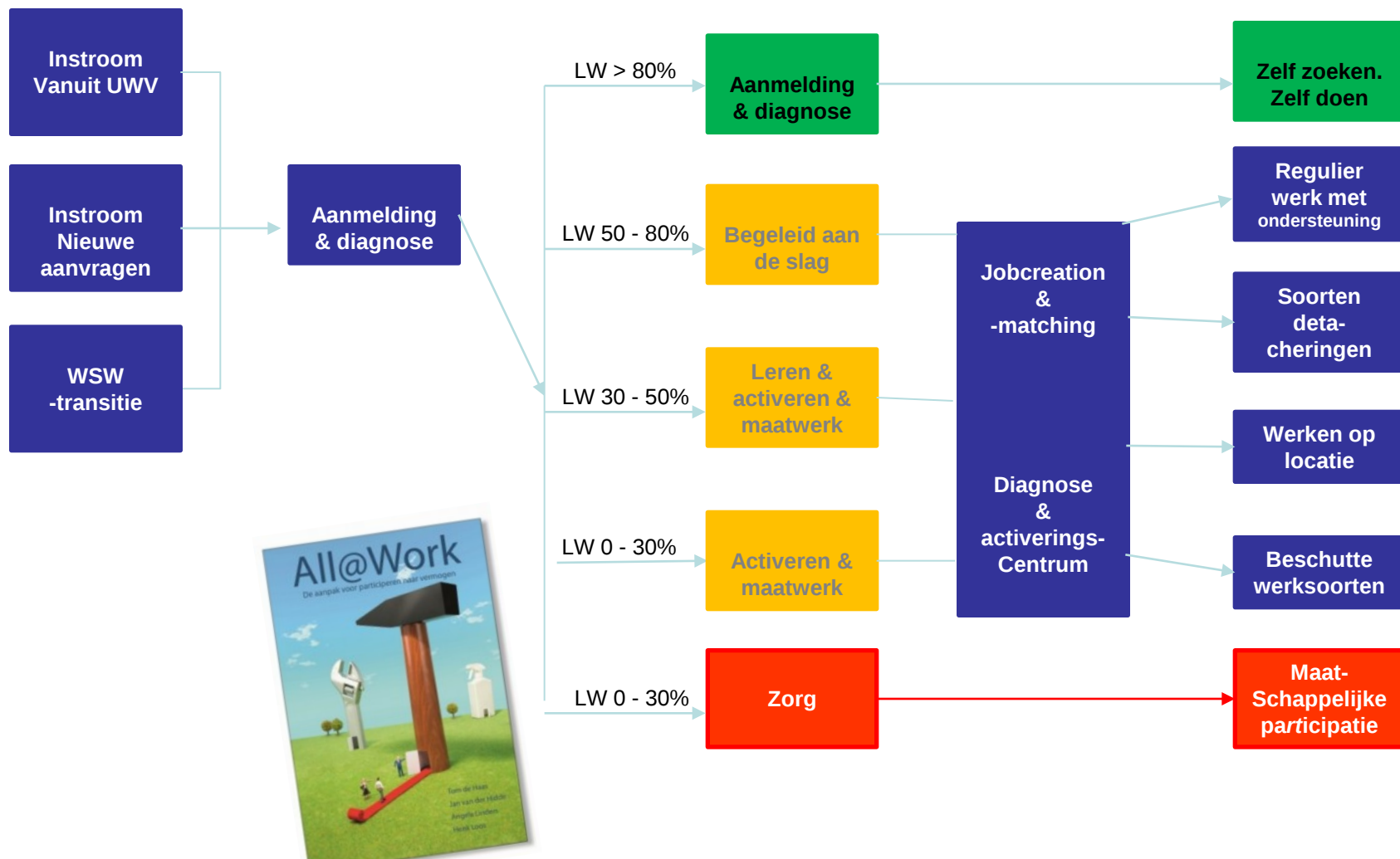
Totale participatieproces en doelgroepen

werk *

* inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen





Hoe groot is $LW > 80\%$

- * Totale doelgroep nu circa 600.000 personen groot
- * Inschatting o.b.v. 'war for wijong' is 15% die in $LW > 80\%$ valt = 90.000 personen
 - * > 25% actief op zoek naar een baan
 - * > groot verschil in reisbereidheid, leeftijd en gedrag
 - * > behoorlijk zelfstandig een baan kunnen vinden
- * Doelgroep lijkt niet in de scope van de eerste twee oplossingsrichtingen



Participatiewet: Kunt u aangeven waar deze extra banen aan zouden moeten voldoen?

Wat denkt u dat op 1 staat?

- 1. Begeleiding op werkplek**
- 2. Financiële verbetering t.o.v. uitkering**
- 3. Ontslagbescherming**
- 4. Gelijkwaardigheid, geen label**
- 5. Parttime werken**

mens



werk *

* inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Een financiële verbetering ten opzichte van mijn huidige uitkering	45%
Op mijn niveau kunnen werken	37%
Parttime kunnen werken	34%
Begeleiding op de werkplek	34%
Begeleiding van een (job) coach	34%
Gelijkwaardigheid, geen label	32%
Mogelijkheden om tussendoor te rusten (rustruimte)	29%
Voorzieningen voor gehandicapten (bv toilet, entree etc.)	24%
Ontslagbescherming	21%
Mogelijkheid om thuis te werken	18%
Goed bereikbare locatie (per rolstoel, auto, bus en/of taxi)	18%
Aangepaste werkplekken	18%
Goede reisvoorzieningen naar de werkgever	18%
Vergoeding vervoer naar de werkgever	18%
Flexibiliteit om zelf de uren in te delen	13%
Aanwezigheid of vergoeding van hulpmiddelen	13%
In mijn eigen tempo kunnen werken	11%
Lage werkdruk (weinig deadlines, stress)	8%

mens



Tools

werk



inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

*** Arbeidsparticipatietool helpt mensen met chronische aandoening**

www.arbeidsparticipatietool.nl

U vindt hier uitgebreide informatie over:

- de gevolgen voor uw werk, handige adviezen én tips van lotgenoten...
- de medische achtergronden, met uitleg over de klachten, diagnose, behandeling...
- de zakelijke kanten, zoals de ziektekosten en uw rechten als patiënt...

*** Een praktisch middel waarmee mensen zelf zicht houden op hun leven, loopbaan en vitaliteit.**

www.uwwerkscan.nl

*** <http://www.mmm-mensenmetmogelijkheden.nl>**

mens



werk *

* inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Werk doet er toe

Betekenenissen
ontleend aan
werk

Bezig zijn doet er toe

Werk als zinvolle
tijdsbesteding
reguleert tijd en
activiteiten

Geeft greep op
de werkelijkheid
Regelmaat en
Kontrole

Werk als bron van
eigenwaarde:
Status en identiteit

Bevestigt geloof
in jezelf/
in je kwaliteiten
Eigenwaarde

Werk als inkomsten-
bron: financiële/
maatschappelijke
waardering

Je verdient voor
wat je doet
Rechtvaardigheid

Werk als bron
van carrière-
mogelijkheden

Geeft
toekomstperspectief
**Nu in relatie
tot later**

mens



Stress: wat is het?

werk *

* inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

- * Stress betekent niets anders dan **spanning of druk**.
- * Stress is niet per definitie **ongezond**.
- * Een bepaalde mate van stress is nodig om goed te kunnen functioneren.
- * Hierdoor reageer je **extra alert** en kun je **geconcentreerd werken**.
- * Zodra de spannende gebeurtenis voorbij is, neemt de spanning weer af.



Wat is (werk)stress

Een negatieve psychologische toestand ten gevolge van overbelasting op het werk.

Dat wil zeggen, het gevoel niet te kunnen voldoen aan de eisen die het werk (of je omgeving) stelt.

Voorwaarden:

- ***Er is sprake van een belang.***
en
- ***Je kan of wil je niet aan de situatie onttrekken.***
en
- ***Er is onzekerheid over de gevolgen- winst of verlies***

Belasting: hoe vaak, hoe zwaar, hoe lang

mens



STRESS-SIGNALEN

werk *

* inkomen



Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen



Gevoelsmatig

- Neerslachtig
- Geïrriteerd

Klachten

- Hoofdpijn
- Vermoeidheid

Individueel

- Rusteloosheid
- Middelengebruik

Cognitief

- Vergeetachtigheid
- Slechte concentratie

Aandoeningen

- Verkoudheid
- Maag/darm stoornis

Organisatie

- Ziekteverzuim
- Presentisme

Motivatieeel

- Cynisme
- Ontevredenheid

Fysiologische reacties

- Hoge bloeddruk
- Versnelde ademhaling

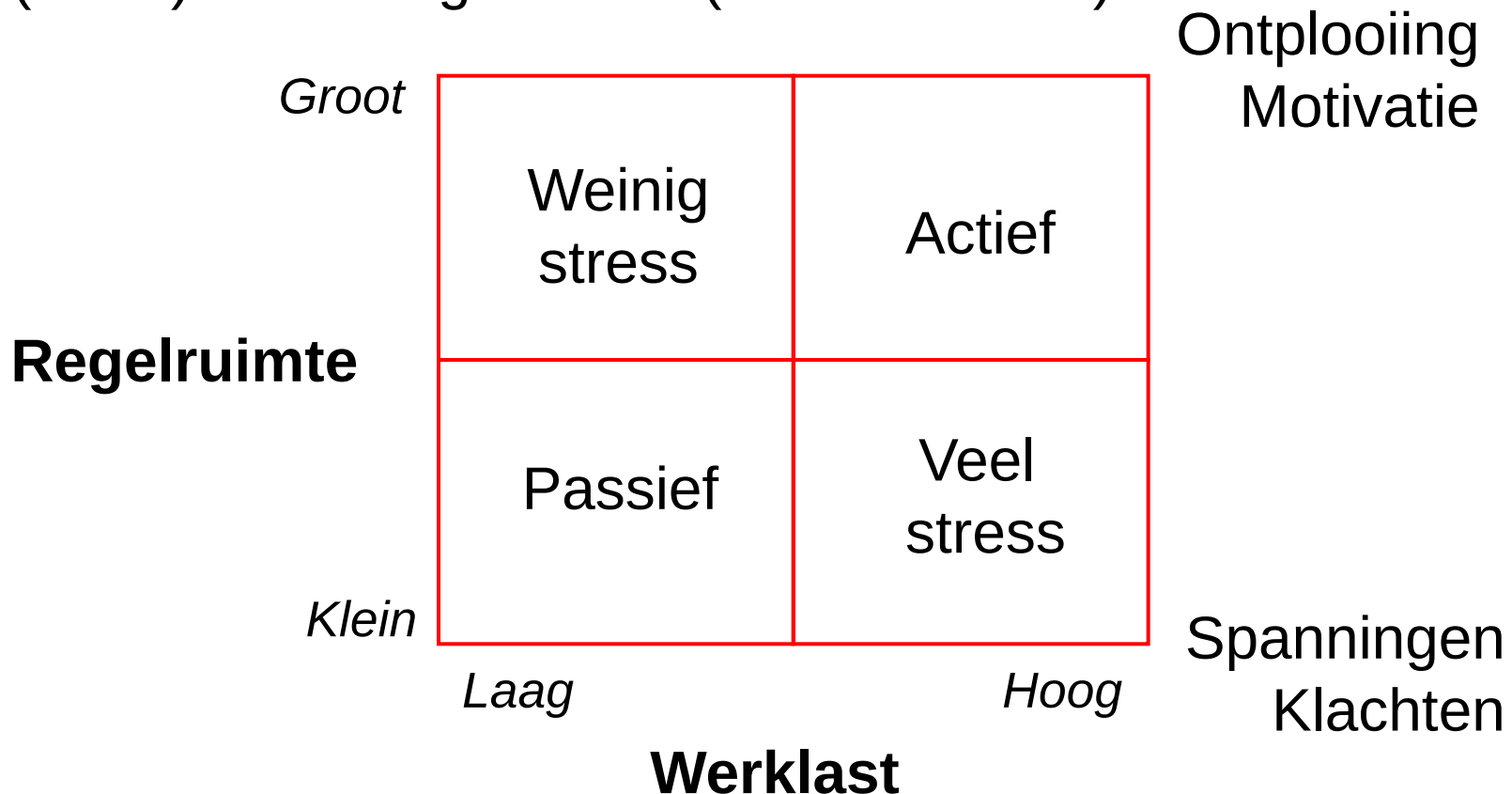


Belasting en werkstress

werk *

* inkomen

(Werk)last en regelruimte (Karasek 1990)



mens



Wie heeft het voor het zeggen?

werk *

* inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Je moet nogal wat:

- * van je vrouw,
- * van je man,
- * van je baas,
- * van je kinderen,
- * van je collega,
- * Van je arts,
- * van je ouders,
- * van je vrienden,
- * van je burens,
- * van je bank,
- * van de deurwaarder
- * van de schuldhulpverlening
- * Van Facebook, Linked In,

Van jezelf?

mens



WAT DOEN WE ERAAN

werk *

* inkomen



Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

*** POWERNAP**

*** GOED SLAPEN**

*** 120%** _____

*** 100%** _____

*** 80%** _____

mens



werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Eisenhower methode

Moet ik dit nu doen?

Moet ik dit nu doen?

Moet ik dit nu doen?

Moet ik dit nu doen?

Moet ik dit nu doen?

mens



Hoe maak je het bespreekbaar?

werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

“HET EROVER HEBBEN”

bevordert de sfeer, de ontwikkeling en de resultaten.

“HET EROVER HEBBEN”

voorkomt disfunctioneren, uitval door ziekte en
werkstress.

mens



TIPS

werk



inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen



- * **Neem voldoende tijd om bij te komen van stressvolle situaties.**
- * **Schrijf op wat bij u stress veroorzaakt. Wat kost energie en wat kunt u daar aan veranderen?**
- * **Wat geeft u energie en maak daar iedere week tijd voor.**
- * **Wat moet nu echt gebeuren. Maak tijd voor onverwachte gebeurtenissen.**
- * **Is het realistisch wat u van uzelf vraagt? Niemand is perfect.**
- * **Werk kleine zaken snel af. Anders stapelen ze zich op.**
- * **Doe een ding tegelijk en neem daar de tijd voor. Haasten maakt moe.**
- * **Stel grenzen voor uzelf en zeg 'nee' als het u teveel wordt.**
- * **Praten lucht op!**
- * **Beweeg een half uur per dag. Is goed om uw stress kwijt te raken**

mens



TIPS

werk *

* inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

* **Probeer een vast dagritme aan te houden met niet te weinig maar ook niet te veel slaap.**

* **Accepteer dat soms zaken in uw leven niet lopen zoals u graag zou willen.**

* **Verwelkom de tegenslag, de stress
Verzet leidt tot vergroting van het
probleem.**

“Geef je probleem een stoel “

Ja Maar.....

**Cirkel van
invloed**



Pleziermanagement/bevlogenheid

werk *

* inkomen

- * Ten onrechte wordt gedacht dat `druk, druk, druk` gelijk staat aan `winst, winst, winst`.
- Werkdruk is geen probleem als de voldoening groot is

De tevredenheid van een werknemer wordt meest bepaald door de balans tussen **werk en privé**.

- * Op de tweede plaats staan **bevestiging, waardering en openheid**. De vuistregels voor pleziermanagement zijn:
 - * **wees betrokken,**
 - * **Uit je waardering,**
 - * **vier de successen**
 - * **stimuleer eerlijke feedback.**

mens



Bevlogen en ook moe

werk *

* inkomen

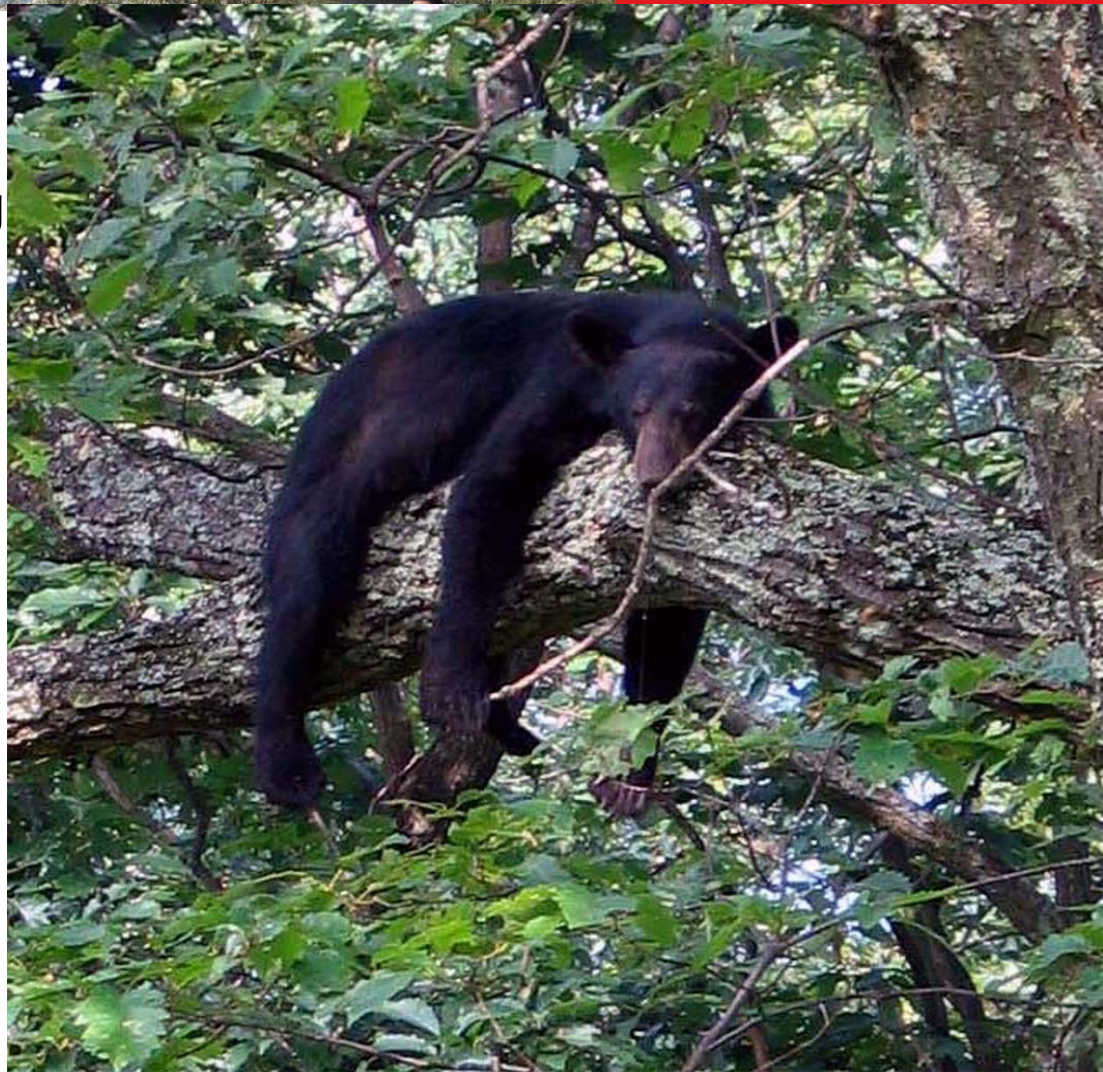
*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen



**Bevlogen mensen worden wel
degelijk moe van een lange dag
hard werken.**

ZE ZIJN LEKKER MOE



mens



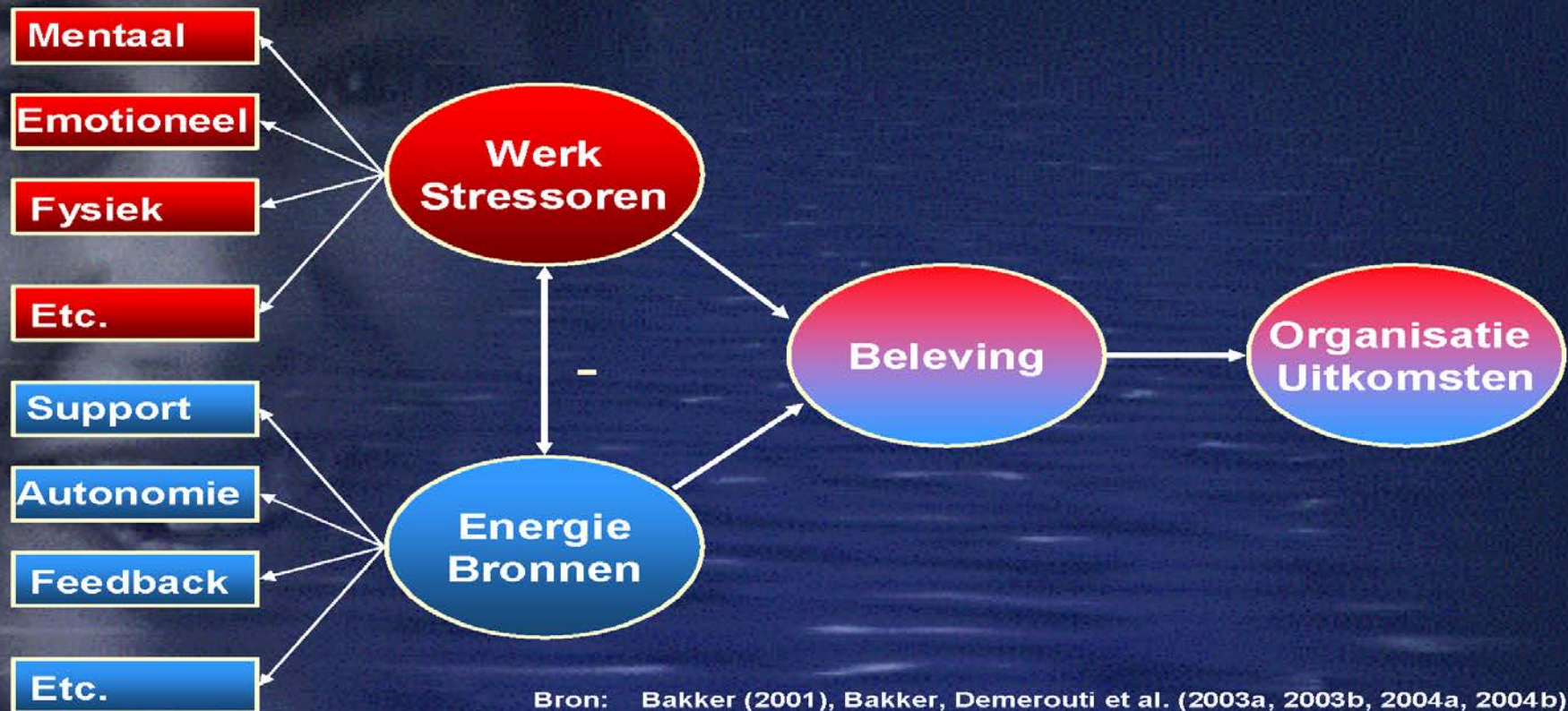
werk *

* inkomen

*NVVA

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

WEB-Model



Bron: Bakker (2001), Bakker, Demerouti et al. (2003a, 2003b, 2004a, 2004b)
Demerouti, Bakker, Nachreiner & Schaufeli (2000, 2001)

mens



werk



inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

Een vogel is nooit bang
dat zijn tak breekt,
want hij vertrouwt niet op de tak,
maar op zijn eigen vleugels

- 365 Dagen Succesvol -

mens



PLEZIERMANAGEMENT

werk *

* inkomen

***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen



mens



Dank voor uw aandacht

werk *

* inkomen



***NVVA**

Nederlandse Vereniging
van Arbeidsdeskundigen

