

Vital Mind

Vital Mind is een op maat bedrijfspsychologisch traject als je dreigt uit te vallen (of recentelijk uitgevallen bent) als gevolg van psychische klachten.

Je hebt te maken met bijvoorbeeld spannings-, angst-of depressieve klachten. Mogelijk zijn er problemen in je thuissituatie. Je bent uitgevallen of dreigt uit te vallen van je werk. Met behulp van gesprekken met een bedrijfspsycholoog ontdek je welke problemen er spelen en wat je eraan kunt doen om daar beter mee om te gaan. Het begeleidingstraject is maatwerk maar je gaat altijd planmatig te werk.

Dit is Vital Mind

- 6 sessies van anderhalf uur, binnen een doorlooptijd van 12-16 weken
- focus op werkbehoud en -hervatting
- terugvalpreventie
- persoonlijk maatwerkplan

Dit leer je

- je bespreekt en structureert de problemen waar je tegenaan loopt
- je ontdekt manieren om anders met situaties om te gaan en/of te accepteren wat er op je pad komt
- je staat jezelf toe om weer aandacht te hebben voor jezelf/wat jou energie en plezier geeft

Dit bereik je

Je hebt je klachten bespreekbaar gemaakt en je problemen gestructureerd. Je hebt daardoor meer grip op je leven. Je kunt beter omgaan met impactvolle gebeurtenissen in je (werkende)leven. Als je (deels) was uitgevallen in je werk heb je een werkhervattingsplan gemaakt.

Individueel - groep
1 : 1 - online
educatief - **preventief** - **curatief**

Matched Care categorie:
@work @risk @home

Aantal uren:
0 2 4 6 8 10 12 14

Doorlooptijd in weken:
4 6 8 10 12 14 16



Dit maakt Vital Mind uniek:

- preventief en curatief
- focus op werkbehoud /werkhervatting
- persoonlijke maatwerkaanpak

Shared Ambition biedt oplossingen voor drie doelgroepen

@Work

Voor medewerkers die aan het werk zijn en mentaal gezond willen blijven

@Risk

Voor medewerkers die een risico lopen om uit te vallen

@Home

Voor medewerkers die gedeeltelijk of geheel verzuimen

Samen aan de slag

Shared Ambition is specialist in arbeidsgerelateerde psychologische gezondheid.

Wil je meer weten over Shared Ambition en/of over onze producten en diensten, kijk dan op de site of neem contact op.

T 033-433 70 10
www.sharedambition.com
info@sharedambition.com

Matched Care Concept

@Work / Educatief		@Risk / Preventief		@Home/ Curatief	
Goede balans	Te veel (in) spanning	Toename herstelbehoefte	Toename hersteltekort	Ontregeld stress mechanisme	Chronische stressfactoren
Gezonde stress	Te weinig herstel	Ontstaan van chronische stressreactie	Continuering chronische stressreactie	Gezondheids schade	Verandering in fysieke systeem
Presteren	Vermoeid	Stress	Overbelast	Overspannen	Burnout

Onze oplossingen

Trainingen & Workshops

Veerkracht

Mindfulness

(Psychologische) coaching

Psychologische interventies

Psychodiagnostiek

Job Vitality voor duurzame inzetbaarheid

Gunstig verloop

Onderhoud nodig

Bedreiging duurzame inzetbaarheid

Bewustwording

Zelfonderzoek

Coaching

(Multidisciplinaire) Interventie

