



Balanscoaching

Persoonlijke ondersteuning om een goede balans te vinden tussen werk en privé

HELP DE BALANS HERSTELLEN

De Qragt Balanscoaches zijn de aangewezen professionals voor een goed gesprek over o.a stress en onrust. Zij helpen je medewerker om dat waar ze mee zitten te adresseren, benoemen en een plek te geven. Daarmee creëren zij een weg naar meer balans en zo kan jouw medewerker weer de regie in eigen handen nemen.



Als werkgever weet je als geen ander hoe lastig het is om je bedrijf gezond te houden en te blijven groeien. Dat vraagt nogal wat van je en bezorgt je soms slapeloze nachten. Eén van de uitdagingen waar je voor staat zijn je medewerkers. Die heb je hard nodig om jouw dromen te helpen verwezenlijken. En laten zij nou net als jou, ook voor de nodige uitdagingen staan. Vaak niet dezelfde maar wel met eenzelfde impact. Wie is er dan voor ze? De balanscoach van Qragt.

WAT KUN JE ERMEE?

De balanscoach van Qragt helpt bij de uitdagingen van medewerkers die zich veelal afspelen in de privésfeer. Uitdagingen die de werk-privé balans verstoren, stress verhogend werken en vaak leiden tot zichtbaar (en onzichtbaar) verzuim in organisaties. De Qragt balanscoach biedt een luisterend oor, stelt scherpe vragen, geeft richting en biedt ondersteuning. Zodat je medewerker zich gesterkt voelt en zelfstandig weer door kan.

WAT LEVERT HET OP?

Veel verzuim kent een mentaal aspect. Samen met de medewerker zoekt de Qragt Balanscoach naar de beste manier om met zijn of haar persoonlijke problematiek om te gaan. Daarmee wordt voorkomen dat je medewerker omvalt omdat de problematiek hem of haar uiteindelijk boven het hoofd groeit en verzuim de enige oplossing lijkt.

“Doordat de balanscoach de juiste vragen stelde ging ik op een heel andere manier naar de situatie kijken. Zo ontdekte ik nieuwe oplossingsmogelijkheden.” - Jolanda, 27 jr.

OVER QRAGT

De Balanscoach maakt deel uit van de dienstverlening van Qragt, een zusterorganisatie van Capability. Qragt biedt gerichte dienstverlening aan op gebied van preventie en herstel. Het unieke Qragt platform en de mensgerichte aanpak samen vormen de sleutel tot succes. Daar waar veel vitaliteitprogramma's zich richten op leefstijl-gerelateerde aspecten van gezondheid, kijkt Qragt breder en neemt ook de oorzaken van veel stress-gerelateerde problematiek mee. Het aanleren van manieren om beter om te gaan met de uitdagingen die op je pad komen en praktische ondersteuning (zoals schuldhulpverlening) zorgen dat ook de mentale gezondheid van je medewerkers de noodzakelijke aandacht krijgt. Dit houdt je mensen veerkrachtig, energiek en in balans.

HET RESULTAAT

Inzet van Qragt resulteert in structurele verlaging van verzuim en verbetering van:

- De balans tussen werk en privé;
- De mentale fitheid en motivatie;
- De productiviteit, bv doordat iemand beter leert om de eigen grenzen/taken te bewaken;
- De sfeer, omdat je medewerkers letterlijk beter uitgerust worden voor hun taken en zij beter met spanningen om kunnen gaan;
- Het gevoel van eigenaarschap, zodat problemen niet van de een op de ander worden overgedragen.

DUURZAAM INZETBAAR

Kortom, door Qragt aan te bieden wordt duurzame inzetbaarheid een feit, daalt het ziekteverzuim, worden de stress-gerelateerde klachten gereduceerd en verzuim voorkomen of verkort.

De Qragt 'balanscoaches' zijn daarbij het eerste aanspreekpunt voor eerstelijns hulpverlening, coaching, advies en ondersteuning op individuele basis. Zodat problemen snel geadresseerd worden. Hiermee voorkom je dat het gaat opstapelen, escaleert in verzuim en andere, duurdere expertise nodig gaat zijn. Een paar gerichte sessies met een balanscoach betalen zichzelf daarom al heel snel terug.

MEER INFORMATIE

Neem contact met ons op voor verdere informatie, vrijblijvend advies of een offerte.

Tel: 088 045 01 00

E-mail: info@capability.nl

“Fijn om met iemand in gesprek te zijn die echt luistert en me helpt alles weer op een rijtje te zetten voor mezelf. Dat scheelt écht, ” - Sem, 38 jr.

Uitgevoerd door:

QRAGT®

 **capability**