

Presteren in Balans- traject

Informatie voor het (HR)management



Presteren in Balans traject

Een 'Presteren in Balans' traject is een compact en compleet ontwikkeltraject om het leef- en werkplezier van uw medewerker te vergroten en om overbelasting te voorkomen. Door dit traject is uw medewerker optimaal voorbereid gesprekken met u/het management te voeren over leven en presteren in balans.

Voor wie?

Voor al uw medewerkers vanaf MBO+ niveau.

Onderdelen Presteren in Balans-traject (PIB-traject)

Een PIB-traject bestaat uit een telefonische intake, een online analyse middels de Stress Ervarings Tool en een uitgebreid consult. Aansluitend ontvangt uw medewerker een kader om tot een concreet ontwikkelplan te komen. Dit plan kan de medewerker met u/het management bespreken.

Stap 1: telefonische intake

De medewerker wordt in het telefoongesprek voorbereid op de afname van de Stress Ervarings Tool. In dit gesprek wordt een eerste inschatting van de draagkracht en de draaglast van de medewerker gemaakt.

Stap 2: afname Stress Ervarings Tool

De Stress Ervarings Tool (SET) is gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten en is ontwikkeld door [Online Talent Manager](#) en [Presteren in Balans](#). De SET is betrouwbaar en valide (kent een grote voorspellende waarde) en geeft de medewerker persoonlijke tips en dus maatwerk oplossingen. Het is een online assessment dat de balans in leven en presteren van uw medewerker in kaart brengt. Door de aandacht op de energiebalans te vergroten heeft uw medewerker de sleutel in handen om overbelasting en burnout te voorkomen. Uniek aan de SET is de combinatie van onderzoek naar werkstress én privéstress (levensgebeurtenissen). Het assessment geeft daarnaast inzichten in de samenhangende patronen van de medewerker die (mogelijke chronische) stress veroorzaken.

Wat meet de Stress Ervarings Tool?

Met de Stress Ervarings Tool (SET) onderzoekt uw medewerker waar energie naartoe gaat en wat energie geeft. De SET kan door de medewerker op ieder gewenst tijdstip en op iedere locatie worden ingevuld.

Invullen is eenvoudig. Per e-mail ontvangt uw medewerker een wachtwoord en instructie. Het beantwoorden van de vragen duurt ongeveer een uur en kan in delen.

De SET bevat de volgende onderdelen:

- Persoonlijkheid
- Emoties en intensiteit
- Loopbaanwaarden
- Werkstressoren
- Privéstressoren
- Stresshantering
- Energie-index

Stap 3: terugkoppeling SET

Binnen een week na afronding vindt een uitgebreid terugkoppelingsconsult plaats. Uw medewerker ontvangt persoonlijke inzichten over het eigen risicoprofiel en concrete ontwikkeltips over een juist energieverbruik op korte en lange termijn. Tevens ontvangt de medewerker een uitgebreide persoonlijke digitale rapportage van de SET. In deze rapportage is uitvoerig beschreven op welke onderdelen er sprake is van (on)balans in leven en presteren. Ook kan uw medewerker de eigen totaalbalans vergelijken met een grote normgroep van werkenden in Nederland.

Stap 4: ontwikkelplan opstellen

Aansluitend ontvangt de medewerker een ontwikkelplan op basis waarvan de balans in leven en presteren geoptimaliseerd kan worden op een dieperliggend psychologisch niveau. Hiermee rondt uw medewerker het traject af en is optimaal voorbereid op het ontwikkelgesprek dat met het management volgt over leven en presteren in balans.

Veilig en privé

Door de inzet van een externe coach/expert houdt uw medewerker de regie over de eigen resultaten en bepaalt de medewerker zelf of en welke informatie met u of de organisatie wordt gedeeld.

Resultaat PIB-traject

Door deze gerichte aandacht voor de balans kunt u samen met uw medewerker de risico's op overbelasting en burnout voorkomen. Als manager heeft u na dit traject bovendien een persoonlijk plan van uw medewerker en een taal in handen. U kunt moeiteloos de dialoog starten over meer energie, plezier en resultaat in werk.

De SET op team- en organisatieniveau

U kunt tevens een complete managementrapportage voor een team of voor de hele organisatie ontvangen indien voldoende (>10) medewerkers deelnemen. Hierin zijn alle gegevens van de medewerkers anoniem verwerkt. Op basis van deze groepsanalyse kan de expert adviseren over interventies op team- en organisatieniveau.

Duur en investering

Dit kortdurende intensieve coachtraject kent een duur van twee weken vanaf aanmelding tot ontwikkelplan.

De investering bedraagt € 495,- per medewerker. Voor extra adviezen op team- en organisatieniveau door een Presteren in Balans expert brengen wij € 200,- per uur in rekening. Genoemde bedragen zijn exclusief BTW.

Meer informatie

Het Presteren in Balans traject is een samenwerking tussen Presteren in Balans en Talente. Als expert is Kirsten Schipper, coach van Talente, gecertificeerd in het aflezen van de resultaten door dieperliggende patronen te ontdekken en deze bespreekbaar te maken in het terugkoppelingsconsult.

Voor meer informatie over het voorkomen en genezen van overbelasting en burnout in uw organisatie, over het vergroten van werkplezier en welbevinden of over het doelmatig gebruik van energie door uw medewerkers, kunt u contact opnemen.

Kirsten Schipper

www.talentecoaching.nl

info@ta-lente.nl

0615033071