



Stap 2

Zoek sociale steun

Bespreek uw denkbeelden en situatie met uw partner of goede vriend(in). Dat lucht op. Zij kennen u goed en kunnen u wellicht een andere kijk geven op de situatie en/of u helpen er anders mee om te gaan. Misschien hebben zij waardevolle tips voor u.

Stap 3

Wie kan u helpen?

U staat er niet alleen voor. Er zijn verschillende personen binnen en buiten uw organisatie die u kunt benaderen voor advies. Zo kunt u langs gaan bij de vertrouwenspersoon van uw organisatie, iemand van personeelszaken of de bedrijfsarts. Bespreek met hen uw probleem. Zij hebben wellicht vaker met eenzelfde situatie te maken gehad en weten wat u het beste kunt doen. U kunt bij uw arbodienst een afspraak maken met een arbodeskundige, ook voordat u zich ziek meldt. U hoeft uw werkgever niet te melden waarom u dit wilt.

Stap 4

Hoe ziet uw oplossing eruit?

Vul uw logboek aan met de volgende punten:

1. Wie kunt u inschakelen voor hulp?

--

2. Welke stappen gaat u zetten?

--

3. Waarom kiest u voor deze stappen?

--



Wat kan de werkgever doen?

Maar wat kunt u van uw werkgever verwachten? De werkgever zal de arbodienst bij ziekmelding eerst vragen zo snel mogelijk te bepalen of er werkelijke medische belemmeringen zijn en of u in staat bent een gesprek aan te gaan om het conflict op te lossen of. Op basis daarvan wordt bepaald welke acties het meest geschikt zijn, bijvoorbeeld:

- Een time-out; een korte periode van rust.
- Een gesprek met uw bedrijfsarts, iemand van personeelszaken of leidinggevende.
- Het inzetten van een mediator of andere professionele bemiddelaar. Soms zijn de verhoudingen zo verstoord dat het nodig is een derde in te schakelen om te helpen het conflict op te lossen. Deze zal de communicatie tussen u en uw werkgever of iemand anders ondersteunen.
- Het aanbieden van bijvoorbeeld een cursus conflicthantering.
- Aangepast of ander werk.

Ga na of bovenstaande zaken uitgevoerd zijn. Zijn ze niet uitgevoerd vraag uw werkgever dan waarom dat niet gedaan is en of het alsnog belangrijk is dit wel te doen.

Loondoorbetaling en werkweigering

Als uw verzuim als ziekte wordt beschouwd dan dient uw werkgever (minstens 70% van) het salaris door te betalen. Moet u weer aan het werk van de bedrijfsarts en /of de werkgever maar u wilt niet? Ben u dan bewust dat uw werkgever de loondoorbetaling kan stoppen of zelfs de mogelijkheid heeft u op staande voet te ontslaan wegens werkweigering.

Komt u er samen niet uit?

Voor het indienen van een klacht of een individueel advies kunt u terecht bij de Advieslijn van VraagWelder, 0900- 4 800 300, op werkdagen van 12.00 - 17.00 uur of www.vraagwelder.nl. Met psychische klachten kunt u terecht bij de Helpdesk van Stichting Pandora, 0900-7263672, maaandag t/m donderdag van 10.00 - 16.30 uur of www.stichtingpandora.nl.