4.4

Mijn werknemer wil verder uitbreiden, maar ik twijfel of dit haalbaar is. Hoe ga ik het gesprek hierover aan?

Kleurcode: het ABC van een goed gesprek

- **Autonomie** – eigen regie, keuze en inspraak
- **Betrokkenheid** – verbinding, interesse en zorg
- **Competentie** – zich capabel voelen en weten wat kan
- **Andere motiverende gesprekstechnieken** – uit motivational interviewing, bv. reflecteren, samenvatten, herkaderen

Gekleurde woorden in de tekst tonen welke basisbehoefte uit de zelf-determinatietheorie een gesprekstechniek ondersteunt.

Deze bezorgdheid kan terecht zijn: als de uitbreiding te snel komt, kan de werknemer zichzelf overbelasten, wat tot terugval kan leiden. Anderzijds toont dit initiatief van de werknemer wel motivatie en vertrouwen in het eigen kunnen. Het is dan ook belangrijk om dat te ondersteunen en te vertrouwen op de ervaringen van de werknemer. Die heeft intussen zelf ervaren wat haalbaar is en wat niet. In dit gesprek is het belangrijk om de verschillende perspectieven naast elkaar te leggen en samen te bepalen of, wanneer en op welke manier een uitbreiding mogelijk is. Probeer dit gesprek open aan te gaan, zonder aannames te maken, en kader je twijfels vanuit een bezorgdheid om het welzijn van de werknemer.

Gesprekshandvatten

Engageren en focussen

De focus is er al, gezien de medewerker zelf de uitbreiding van de gedeeltelijke werkhervatting aankaart.

Je wil de medewerker niet het gevoel geven dat je geen vertrouwen hebt in diens kunnen, en zo onnodig diens **competentiegevoel** frustreren. **Affirmeer** daarom eerst de bereidheid en motivatie van de medewerker:

- *"Goed dat je daar al over nagedacht hebt."*

Maak bijvoorbeeld gebruik van een **reflectie**:

- *"Je klinkt erg gemotiveerd om weer meer taken op te nemen. Dat siert jou."*

Je kan ook **reflecties gebruiken om te benoemen wat je opmerkt** tijdens een gesprek:

- *"Je vertelt me wel dat je je gedeeltelijke heropstart verder wil uitbreiden, maar je lijkt er toch niet zo enthousiast of zelfzeker over te zijn. Klopt dit? Kan je me helpen begrijpen wat er speelt?"*

Ontlokken

Probeer dan open met de medewerker in gesprek te gaan over diens beweegredenen en de haalbaarheid van een eventuele uitbreiding van de werkhervatting. Stel: tijdens een eerder gesprek was er nog geen sprake van uitbreiding.

- *"De vorige keer dat we contact hadden, had je nog best veel last van vermoeidheid / gaf je aan dat bepaalde taken nog moeilijk liepen / … Mag ik vragen wat er voor jou veranderd is?"*

Je kan ook op een meer algemene manier vragen naar de beweegredenen van de werknemer:

- *"Wat is er de laatste tijd voor jou veranderd, waardoor uitbreiden nu als een haalbare stap voelt?"*

Probeer wat je hoort terug te geven in een **reflectie** en zo het gesprek verder open te trekken. Door te tonen dat je actief luistert, versterk je ook **betrokkenheid**:

- *"Het klinkt alsof je minder vermoeid bent en meer energie hebt, en dat dat jou ook voor een stuk vertrouwen geeft dat je opnieuw meer aankan."*
    - *"Zijn er zaken die je nu anders doet, bijvoorbeeld hoe je je dag indeelt, die hieraan bijdragen?"*
    - *"Naast deze positieve vooruitgang: zijn er zaken waar je tegenaan loopt op vlak van je werk?"*

- Mogelijke vervolgvraag: *"Mocht je uitbreiden, hoe zie je dat haalbaar? Zijn er zaken die je hierin kunnen ondersteunen?"*

Ben je ervan overtuigd dat het te vroeg is om de gedeeltelijke werkhervatting verder uit te breiden? Dan kan je de ideeën van de werknemer uitdagen. Doe dit op een **autonomie-ondersteunende** manier, door eerst toestemming te vragen en jouw kant van het verhaal te delen:

- *"Mag ik iets vanuit mijn kant toevoegen aan wat jij net vertelde?"*
- *"Vanuit mijn rol wil ik vermijden dat een te snelle uitbreiding nu zou betekenen dat je later opnieuw uitvalt of serieus gas moet terugnemen. Dat zeg ik niet om je tegen te houden, maar ik wil deze bezorgdheid graag met je delen."*
  - *"Wat denk jij als je dit hoort?"*
  - *"Wat doet dit met jou als je dit hoort?"*
  - *"Hoe kijk jij naar dit risico?"*

Plannen en afronden

De werknemer breidt uit

Je wil nu concrete afspraken maken over hoe die uitbreiding eruit zou zien. Door te vragen hoe de werknemer hier zelf over denkt, ondersteun je **autonomie**:

- *"Hoe zou je de uitbreiding van de werkhervatting willen vormgeven? Aan welk percentage denk je? Aan welke dagen?"*
- *"Vind je het goed dat we even naar je takenpakket kijken, en of daar iets in moet veranderen zodra je meer werkt? Heb je zelf al nagedacht over welke taken je wel of niet wil opnemen?"*

Vat samen wat jullie hebben afgesproken:

- *"Oké, ik vat even samen: [...]"*
- *"Ik weet nog niet goed wanneer deze wijzigingen doorgevoerd kunnen worden. Ik vraag dit dus na en houd je op de hoogte zodra ik meer weet."*

  → Indien van toepassing

De werknemer breidt niet uit

Erken dat dit een teleurstelling kan zijn voor de werknemer. Maak daarom ook concrete afspraken om verdere mogelijkheden tot uitbreiding op te volgen, zodat de werknemer zich ook na het gesprek gehoord voelt en het gevoel heeft dat die ooit wél zal kunnen uitbreiden. Dit versterkt het gevoel van **competentie**:

"Ik kan me voorstellen dat het best teleurstellend is dat we nu tot de conclusie komen dat je best het huidige ritme aanhoudt. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat je in de toekomst niet kan uitbreiden. Ik stel voor dat we dit verder blijven opvolgen. Als het goed blijft gaan, kunnen we dit over een paar weken opnieuw bekijken."