

# VRAGEN BIJ (ECHT)SCHEIDING

Een goed gesprek is het halve werk

Inzicht in de impact van de scheiding op jouw medewerker is belangrijk om als leidinggevende goed preventief te kunnen handelen.

Uit ervaring zien we dat vijf gebieden van grote invloed zijn. De meest voorkomende vragen zijn in deze praatplaat te vinden.

Op de achterkant vind je meer informatie.

## Werk

Waar ligt je grootste zorg met betrekking tot werk?  
Lukt het om je werk af te krijgen?  
Hoe ervaar je de werk-privé balans?  
Waar kan ik je mee helpen?  
Vind je het fijn als ik extra ondersteuning inschakel, zoals hr of bijvoorbeeld een Werk&Scheiding-coach?

## Kinderen

Hoe ervaren de kinderen de scheiding?  
Hoe verloopt de communicatie met de andere ouder?  
Hoe zal de zorg voor de kinderen verdeeld over de week worden?  
Kun je ze voldoende aandacht geven?  
Wat denk je dat je kinderen (nog) nodig hebben?

## Netwerk

Kun je bij iemand je verhaal kwijt?  
Ervaar je voldoende steun bij je familie, vrienden, collega's en kennissen? Hoe ziet dat eruit?  
Hoe gaan je ouders, broer(s) en zus(sen) met de scheiding om?  
Hoe gaat je ex-schoonfamilie ermee om? Heb je ze nog gesproken?

## Woning

Blijven jij en je ex bij elkaar in de buurt wonen?  
Ga je verhuizen of blijf je waar je woonde voor de scheiding?  
Wat moet in het geval van een verhuizing allemaal gebeuren?  
Hoe verloopt het wisselmoment van de kinderen?  
Kom je financieel uit?

## Gezondheid

Heb je je een nieuwe weekstructuur eigen gemaakt?  
Lukt het om goed voor jezelf te blijven zorgen met betrekking tot eten en drinken?  
Slaap je goed of pieker je geregeld over je scheiding?  
Neem je de tijd om te sporten of te wandelen?  
Ga je er regelmatig even tussenuit, alleen of met anderen?

## PRAATPLAAT BIJ (ECHT)SCHEIDING

*Een goed gesprek is het halve werk*

Een (echt)scheiding heeft een grote impact op een medewerker. Het is een gebeurtenis die alle facetten van het leven raakt.

Uit onderzoek van TNO blijkt dat in het proces van scheiding (anderhalf tot twee jaar) het verzuim bijna verdubbelt. Het is in het belang van de medewerker, team én leidinggevende dat (langdurig) uitval voorkomen wordt.

De verschillende gebieden waar veranderingen optreden, spreken regelmatig het aanpassingsvermogen van de werknemer aan. Daarnaast is het een emotionele en stressvolle tijd. De combinatie kan voor uitputting zorgen. Het lukt niet goed meer het werk te doen. Er ontstaan fouten, werk blijft liggen en stapelt zich op. Uiteindelijk kan een medewerker vastlopen met alle gevolgen van dien voor het team.

Daarom is het waardevol om tijdig in gesprek te gaan met de medewerker, samen afspraken te maken en daarop te evalueren.

Elke scheiding heeft invloed op de verschillende gebieden van een leven. De vijf gebieden van deze Praatplaat zijn belangrijk voor duurzame inzetbaarheid. Ze helpen een medewerker stevig in de schoenen te staan. Waarom?

- ▶ Werk geeft zingeving, structuur, inkomen, afleiding, erkenning, teamgevoel.
- ▶ Gezondheid zorgt voor veerkracht, ontspanning, energie, balans, weerbaarheid.
- ▶ Kinderen spelen een fundamentele rol in het leven van de mens.
- ▶ Huis/financieel vormen een essentiële basis en zorgen voor zekerheid.
- ▶ Sociale netwerk biedt feedback, oplossingen, stoom afblazen, plezier.

Samen kun je langdurig verzuim voorkomen.