

Checklist concrete acties leidinggevenden bij medewerkers met vitaliteitskwesaties/stress-signalen

Neem je team/afdeling met alle medewerkers in gedachten. Zie je, terugkijkend op de afgelopen periode van ca. een half jaar, stress-signalen of vitaliteitskwesaties bij 1 of meer van je medewerkers? Zo ja, kruis in onderstaande tabel aan welke concrete acties je in de afgelopen periode van ca. een half jaar t.a.v. deze medewerker(s) hebt ondernomen.

Nr.	Concrete actie	Check
1	Ik ben een informeel gesprek begonnen (op de gang, bij de koffieautomaat).	
2	Ik heb een medewerker uitgenodigd voor een gesprek op mijn kamer en heb het onderwerp stress en mijn zorgen over hem/haar met hem/haar besproken.	
3	Ik heb het onderwerp stress /vitaliteit als agendapunt in een functioneringsgesprek ingebracht.	
4	Ik heb met mijn leidinggevende mijn zorgen over de stress-signalen van een medewerker besproken.	
5	Ik heb met mijn hr-adviseur mijn zorgen over de stress-signalen van een medewerker besproken.	
6	Ik heb bij mijn leidinggevende/ hr-adviseur ondersteuning gevraagd voor een medewerker.	
7	Ik heb een medewerker doorverwezen naar de huisarts/bedrijfsarts.	
8	Ik heb een medewerker gevraagd hoe ik hem/haar kan helpen.	
9	Ik heb een medewerker gevraagd of hij/zij mijn beeld (h)erkent en of hij/zij zelf suggesties heeft hoe e.e.a. aan te pakken.	
10	Ik heb collega's gevraagd om een medewerker tijdelijk te ontzien.	
11	Ik heb afspraken gemaakt met een medewerker voor wat betreft (tijdelijke) aanpassingen in zijn/haar takenpakket.	
12	Ik heb een medewerker geattendeerd/gestimuleerd een cursus stresshantering of persoonlijke effectiviteit te volgen.	
13	Ik heb regelmatig coachinggesprekken gevoerd met een medewerker.	
14	Ik heb extra belangstelling getoond voor en waardering uitgesproken t.a.v. positieve aspecten in het functioneren van een medewerker.	
15	Ik heb een medewerker naar huis gestuurd/buitengewoon verlof gegeven en gezegd uit te rusten en een plan te maken hoe gezond(er) verder te gaan.	
16	Ik heb het onderwerp arbeidsomstandigheden, arbeidsverhoudingen en verbetermogelijkheden als agendapunt op het werkoverleg gezet.	
17	Anders, nl.	
18	Anders, nl.	