

# Energie managen in het werk voor medewerkers met een visuele beperking

Deze interventie kan ingezet worden als driedaagse training met een groep of een individuele versie daarvan.

---

## Resultaat

De medewerker heeft inzicht in zijn of haar vermoeidheid en de stressoren en energiebronnen die hierbij een rol spelen. Hij of zij heeft zich georiënteerd op mogelijkheden om hier invloed op te hebben. De medewerker heeft beter zicht op hoe hij of zij de visuele beperking kan hanteren in het werk en hoe hierover te communiceren met collega's en de organisatie.

## Het kan ingezet worden bij vragen zoals:

- Hoe houd ik mijn werk vol op langere termijn?
- Hoe voorkom ik dat mijn vermoeidheid steeds groter wordt?
- Hoe ga ik om met werkdruk in relatie tot mijn visus?
- Hoe ga ik om met onbegrip van collega's en organisatie?
- Hoe blijf ik resultaten halen in mijn werk?
- Hoe zorg ik dat ik niet alleen voor mijn werk leef?

## De training

De training bestaat uit twee aaneengesloten dagen groepstraining in een representatieve accommodatie en een verdiepende dag. Minimum aantal voor één groepstraining is 8 deelnemers.

De training is in andere vorm ook beschikbaar in een individuele variant (6 gesprekken van anderhalf uur) of als maatwerk voor een kleine groep. Hierin wordt dezelfde stof doorgenomen en doet men mee met een verdiepende dag met andere deelnemers.

