



## **We kijken met plezier naar een mooie start dit jaar. En wensen u een mooi voorjaar.**

De verschillende locaties van Balans & Impuls breiden uit, in verband met grote behoefte aan mentale support. Het is onze ervaring dat hierin de psycho-sociale gevolgen van de corona pandemie nog steeds een rol spelen. De volgende punten signaleren we in situaties van psychisch verzuim:

- Gemis aan persoonlijke samenwerking in teamverband. En daarmee gemis aan geborgenheid, saamhorigheid en leren van elkaar.
- Gemis aan een "spiegel", wat is goed werkgedrag, wanneer ben ik een goede professional? En daarmee gemis aan zingeving, waar draag ik aan bij?
- Verder zien we zowel hoge overbelasting, als onderbelasting/of afgenomen kwaliteit van werk (bv door meer online werk, ipv persoonlijke dienstverlening)

Het lijkt er op dat leiders onderschatten dat het actieve inzet vraagt, de psychosociale samenhang en samenwerking op de werkvloer te herstellen. Zie hiervoor het interview met cultureel antropoloog Biao Xiang (NRC 11-3-2024). Hij geeft aan dat waar persoonlijke samenwerking en samenhang mist, wantrouwen kan groeien. Hij pleit ook voor aandacht voor rouw over de gevolgen van corona. En de raad van Dr. K. W. Wawoe, die tijdens onze expert meeting in september 2023, een appél deed op leiders de groep te organiseren rond meer kwetsbare groepsleden. "De sterken kunnen hun werk-prive balans thuis vieren. Maar wie zorgt er bijvoorbeeld voor de junior collega's?".

Zie voor de inzichten en raad van Dr.K.W. Wawoe : [white paper van Dr. K. Wawoe.](#)



## Het post-corona handvat voor leiders van 2021 brengen we graag onder uw aandacht.

[Bekijk de informatieve flyer](#)

De grote vraag aan psychologische hulp, vraagt ook om bezinning op meer preventieve acties en vroeghulp. We hebben hiervoor de opleiding tot mentale EHBO-er ontwikkeld. Net als bij de bekende fysieke EBHO training, worden hier op praktische wijze tools geleerd in mentale EHBO. Voorbeelden zijn; actief bieden van hersteltijd, behouden van de vaardigheid van ontspanning en hervinden van positieve energie. Op een praktische wijze leren we elkaar te helpen en bij te staan. Deze opleiding is ook geaccrediteerd door het Oranje Kruis.

[Zie voor meer informatie de flyer](#)

Gezondheid maken we samen!  
We wensen u een mooi voorjaar,  
Team Balans & Impuls

[www.balans-en-impuls.nl](http://www.balans-en-impuls.nl)

070-392 22 61