



Tidlig coachende indsats

Et tilbud for dig som er sygemeldt pga. psykiske udfordringer

- ▶ 8 ugers coachingforløb
- ▶ Dialogbaserede samtaler
- ▶ Prioriter og arbejd med dine udfordringer.
- ▶ Skab overblik
- ▶ Læs mere på www.jobigen.viborg.dk

Tidlig coachende Indsats er et tilbud for dig som er sygemeldt pga. psykiske udfordringer — herunder stress, depressive tendenser, angst eller lignende.



8 ugers coachingforløb

Få afklaret de udfordringer, der gør det svært for dig at komme videre

Tilbuddet består af et 8 ugers coachingforløb, hvor du gennem individuelle samtaler får afklaret de udfordringer, der gør det svært for dig at komme videre. Coachingsamtalerne hjælper dig til at skabe overblik og giver dig mulighed for at prioritere og arbejde med dine udfordringer.

Samtalerne er dialogbaseret, anerkendende, reflekterende og støttende og coachen kan komme med input i form af oplysning og vejledning alt afhængig af dine ønsker og behov. Coaching er ikke terapi, men et effektivt værktøj, der er rettet mod nutiden og fremtidige mål.

Du vil i løbet af coachingforløbet få større indsigt i, hvad der skal til, for at du kan komme videre. Herigennem vil du kunne opleve en øget medbestemmelse i den situation, du befinder dig i. Dette vil øge din motivation og gøre dig i stand til at handle og træffe vigtige valg.



Dialogbaserede samtaler

Samtalerne er dialogbaseret, anerkendende, reflekterende og støttende.

Efter endt coachingforløb vil du enten kunne vende tilbage til hel eller delvis raskmelding eller med en konkret plan for det videre forløb.

Coachen har i samarbejde med dig ansvar for, at dine planer for fremtiden kommer videre til din sagsbehandler, således at du oplever, at der er sammenhæng.

Tidlig Coachende Indsats er samtidig et screeningstilbud. Hvis du efter første samtale enten ikke ønsker at fortsætte, eller det viser sig, at du har behov for et andet tilbud eller bør afvente udredning/behandling, vil din sagsbehandler blive orienteret.