

# WIE ZIJN WIJ

# TOELICHTING WERKWIJZE

De VitaliteitsGroep is een landelijk opererende organisatie die is gespecialiseerd in het begeleiden van mensen bij burn-out- en overspanningsklachten. Tevens begeleiden wij medewerkers en organisaties bij stress- en burn-out preventie.

Onze 80 HBO en academisch geschoolde specialisten, met gezamenlijk meer dan 100 methoden en therapieën, zijn bij ons opgeleid om door middel van onze unieke aanpak medewerkers te begeleiden bij hun herstel.

## Wat maakt ons anders:

- Geen wachttijden (binnen 24 uur eerste contact met cliënt)
- Intensieve begeleiding (meerdere sessies per week)
- Multidisciplinaire aanpak (alle beschikbare methoden en therapieën worden ingezet voor duurzaam herstel)
- Duurzaam herstel binnen 90 dagen (90% score)
- Snelheid en het bewaken van meerdere processen door middel van een traject (cliënten) opvolg systeem
- We werken volgens de richtlijnen van de NVAB
- We begeleiden organisaties op het gebied van preventie en duurzaam inzetbaarheid op basis van het model 'Positieve gezondheid' en leveren maatwerk.

## We werken in fases.

**Fase 1:** Rust en ontspanning.

We gaan ervoor zorgen dat cliënt een gezonde levensstijl gaat leiden en dat er ruimte in lijf en geest

komt door middel van begeleide ontspanning en rust.

**Fase 2:** Onderzoeken. Wat maakt dat cliënt in deze omstandigheden is gekomen?

Onderzoeken en stabiliseren problematiek om in de toekomst niet meer in die valkuil te stappen.

**Fase 3:** Transformeren. Cliënt tools en handvatten geven om in zijn/haar kracht te staan en in staat stellen de juiste keuzes te maken in werk en privé.

**Fase 4:** Borgen van nieuw gedrag, om autonoom te kunnen blijven functioneren in alle omstandigheden.

## We gaan intensief aan de slag

Zeker in het begin meerdere malen per week. We zetten al onze kennis, methoden en therapeutische interventies in waar nodig voor cliënt.

Dat betekent dat er mogelijk multidisciplinair hulp wordt ingezet (collega's met specialismen die nodig zijn om de doelen te realiseren worden erbij betrokken).

Uiteraard voldoen we aan de wettelijke richtlijnen omtrent AVG.