

Reintegratie Mind at work;  
het traject naar werkhervatting voor mensen met hersenaandoeningen; chronisch  
whiplash syndroom; chronisch vermoeidheidssyndroom

#### Werkmodel

De training is gebaseerd op een model dat begint bij de bron van de beperking. Bij  
whiplash patiënten ligt bij dit letsel (nek of hoofd) dat leidt tot disfunctioneren op  
zowel fysiek, cognitief, emotioneel als sociaal niveau. Als er sprake is van een fysiek  
letsel (nek, hersenstam) en/ of een emotioneel letsel (limbisch systeem) kan  
pijngedrag optreden met inactiviteit en psychische problemen als gevolg. Maar als er  
sprake is van hersenletsel (geheugen, prefrontaal) kunnen er naast slechte  
cognitieve en fysieke prestaties ook inadequaat sociaal gedrag en psychische  
problemen optreden.

#### Teamwerk

Indien iemand wordt aangemeld voor de Recover training en hij/ zij toont  
verschijnselen van verminderd cognitief, emotioneel, sociaal of fysiek functioneren,  
dan wordt deze deelnemer in teamverband getraind. De trainers zijn afkomstig uit  
verschillende disciplines: klinische neuropsychologie, bewegingswetenschappen en  
sociale psychologie. Het team verschaft duidelijkheid over de  
behandelmogelijkheden door middel van kennisoverdracht, het aanleren van  
technieken en het ruimte bieden voor nieuwe activiteiten. Belangrijk in de  
benadering is dat het terugzien naar andere belemmerende factoren niet direct in  
verband staan met de aanvankelijke beperkingen.

Kortom, de Recover training staat een brede aanpak voor met als onderdelen de  
verbetering van emotionele en sociale vaardigheden, het eigen maken van (meta)  
cognitieve technieken en het verbeteren van de mentale en fysieke conditie.

#### Traject

De Recover training moet beschouwd worden als voortraject, in concreto komt dit  
neer op een gezamenlijke intake van de coördinator Recover en een  
arbeidstoeleider. In deze intake wordt in gezamenlijk overleg met de potentiële  
deelnemer en opdrachtgever ingeschat of de deelnemer na 6 maanden training  
bemiddelbaar zal zijn.

De intake wordt vervolgt met een onderzoek van de belangrijkste cognitieve en  
fysieke functies, de fysieke en emotionele klachten, het werkvermogen en de  
persoonlijkheidsprofiel, waarna een trainingsperiode van 2,5 maanden begint. In  
deze periode staat het in balans brengen van de inspanning en ontspanning centraal.  
Daarnaast wordt gewerkt aan kennisoverdracht inzake huidige belemmerende  
factoren. Voorts worden stelselmatig verschillende technieken aangeleerd op het  
gebied van fysieke en mentale inspanning, fysieke en mentale ontspanning, het  
leren, het geheugen en emotionele verwerking. Dit resulteert aan het einde van de  
2,5 maanden training in een toekomstplan dat in de tussenevaluatie wordt  
besproken. Na een rustperiode van twee weken wordt de training gedurende 2,5  
maanden voortgezet, waarin een stappenplan inzake arbeid en het oefenen van  
geleerde technieken centraal staat.