

Individuele psychologische zorg

Kortdurende resultaatgerichte psychologische zorg. Maximaal 8 tot 12 sessies per traject. Een intake bestaat uit 2 sessies.

De kortdurende behandeling is gericht op re-integratie of preventie van verzuim en is bestemd voor medewerkers met lichte tot matige klachten. De meest behandelde klachten zijn: overspannenheid, burn-out/bore-out, angst en depressieve gevoelens.

Onderdeel van de dienstverlening: wachtlijstbemiddeling (eerste gesprek binnen 5 tot 7 werkdagen na eerste contact), traject- en kwaliteitsbewaking, mogelijkheid tot vaste psycholoog (eventueel op locatie van uw onderneming), terugkoppeling d.m.v. individuele rapportages, jaarlijkse managementrapportage incl. resultaten van het cliënttevredenheidsonderzoek, gekwalificeerde hulpverleners (BIG-geregistreerd).

Tarief: € 96,- per sessie. Kosten worden in de meeste gevallen grotendeels vergoed door de zorgverzekeraar van de cliënt.

€ 150,- per traject bij drie sessies of meer, € 50,- bij een of twee sessies (alleen intake). Daarbij inbegrepen zijn de jaarlijkse managementrapportages, wachtlijstbemiddeling en de trajectbewaking.

Aandachtgerichte cognitieve training

Cenzo biedt de mogelijkheid tot het volgen van een groepstraining gebaseerd op 'Mindfulness'. De zogenoemde 'Aandachts-gerichte cognitieve training' is erop gericht om de individuele medewerker in groepsverband bewust te maken van zijn of haar gedrag en het effect daarvan. Daarvoor is het noodzakelijk te luisteren naar het eigen lichaam. Door deze bewustwording leert de deelnemer het eigen gedrag te sturen.

De training is bedoeld voor het voorkomen van psychosociaal verzuim bij medewerkers in uw organisatie. De aandachtgerichte training is geschikt voor iedereen die kampt met stressgerelateerde klachten. Dit kunnen psychische klachten zijn zoals spanningsklachten, angst en hyperventilatie, het gevoel geleefd te worden, burn-out, depressieve klachten en piekeren maar ook lichamelijke klachten zoals moeheid, slaapproblemen, hoge bloeddruk, een chronische ziekte of langdurige pijnklachten. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat de training ook effectief is als terugvalpreventie bij recidiverende depressies. De training bestaat uit 8 sessies van ongeveer 2½ uur en is in groepsverband. Gemiddeld 8 deelnemers. Medewerkers kunnen zowel individueel als in groepsverband aangemeld worden.

Tarief: Aandachtgerichte cognitieve training: € 850,- (prijs per deelnemer, incl. intakegesprek).

Driegesprek

Het driegesprek kan onderdeel uitmaken van de psychologische behandeling. Het is een gesprek tussen medewerker (cliënt) en direct leidinggevende, ondersteund door een Centzo psycholoog. Het heeft als doel te komen tot een efficiëntere re-integratie of het voorkomen van verzuim.

Het driegesprek vindt plaats op initiatief van de cliënt en psycholoog, als dat in het belang van de cliënt en de re-integratie is. Het wordt afgestemd met de bedrijfsarts. Optioneel kan er een andere betrokkene bij het gesprek aanwezig zijn, zoals de bedrijfsarts of een arbeidsdeskundige. De werkgever moet uiteraard eerst toestemming geven voor het gesprek. Het driegesprek duurt ongeveer een uur.

Tarief: Driegesprek: € 288,- incl. voorbereiding.

