

Kritische Unterstützung



Wiedereinstieg ins Arbeitsleben – nach einer Krankheit



Auf einen Blick

- Es ist ganz normal, dass die Rückkehr an den Arbeitsplatz nach längerer krankheitsbedingter Abwesenheit beängstigend erscheinen kann.
- Klären Sie vor Ihrer Rückkehr mit Ihrem Arzt ab, was Sie tun können, und gehen Sie die Richtlinien Ihres Unternehmens mit Ihrer Personalabteilung durch.
- Entscheiden Sie sich bei Bedarf mit Ihrem Arbeitgeber für eine Back-to-Work-Strategie, um sicherzustellen, dass Sie die richtige Unterstützung erhalten.



Wiedereinstieg ins Arbeitsleben nach einer Krankheit

Es kann sich ziemlich beängstigend anfühlen, nach einer langen krankheitsbedingten Abwesenheit an den Arbeitsplatz zurückzukehren. Vielleicht machen Sie sich Sorgen, ob Sie den körperlichen Anforderungen eines ganzen Arbeitstages gewachsen sind. Oder Sie haben Angst vor der Aussicht, an einen Schreibtisch zurückzukehren, der mit Papierkram und E-Mails überfüllt ist. Dieses Informationsblatt erläutert, was passiert, wenn Sie ins Büro zurückkehren, und welche Möglichkeiten Ihnen zur Verfügung stehen. So können Sie Ihre Rückkehr so angenehm wie möglich gestalten.



Vor Ihrer Rückkehr

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie sich zur Rückkehr an den Arbeitsplatz verpflichten. Bitten Sie um eine Einschätzung, ob Sie der Rückkehr zu einem vollen Pensum gewachsen sind oder ob die Empfehlung zur Rückkehr an den Arbeitsplatz eingeschränkt ist. Die meisten Organisationen verfügen über eine Art Verfahren zur Rückkehr an den Arbeitsplatz. Es kann daher sinnvoll sein, sich vor Ihrer Rückkehr mit Ihrem Vorgesetzten oder der Personalabteilung in Verbindung zu setzen, um die Richtlinien Ihres Arbeitgebers zu überprüfen.



Bei Ihrer Rückkehr

Ihr Unternehmen kann Sie um ein Wiedereinstiegsgespräch bitten. Dies ist eine Gelegenheit für Sie beide, auf die Krankheitszeit zurückzublicken. Ihr Arbeitgeber möchte vielleicht herausfinden, ob Ihr Arbeitsumfeld eine Rolle bei Ihrer Krankheit gespielt hat. Ein Gespräch ist auch eine Gelegenheit, nach vorne zu schauen. Sie können Ihrem Unternehmen versichern, dass Sie sich vollständig erholt haben und bereit sind, eine volle Arbeitslast zu übernehmen. Oder Sie möchten vielleicht Ihre Sorgen erläutern, dass eine hohe Arbeitsbelastung Sie zum Anfang zurückdrängen könnte.



Planen Sie eine Back-to-Work-Strategie

Ihr Arbeitgeber ist möglicherweise bereit, mit Ihnen eine Art Back-to-Work-Strategie auszuarbeiten. Dazu gehört etwa:

- Eine Beschäftigungsdauer in Teilzeit.
- Eine Vereinbarung, dass ein Kollege Sie für einige Zeit bei Ihren Aufgaben unterstützt.
- Wenn Sie aufgrund Ihrer Krankheit ein gewisses Maß an Behinderung erlitten haben, müssen möglicherweise Änderungen an Ihrem Arbeitsumfeld vorgenommen werden.
- Sie können sich auch von Ihrem Arbeitsmedizinischen Team beraten lassen.

Es ist ganz normal, dass die Aussicht auf Rückkehr an den Arbeitsplatz nach einiger Zeit beängstigend erscheinen kann, insbesondere nach einer Krankheit. Doch mit der richtigen Unterstützung können Sie herausfinden, was realistisch zu erwarten ist und wie Sie mit Ihrem Arbeitgeber zusammenarbeiten können, um sicherzustellen, dass Ihre Rückkehr für alle so reibungslos und erfolgreich wie möglich verläuft.



Kritische Unterstützung, wenn Sie sie brauchen

Besuchen Sie optumeap.com/criticalsupportcenter für zusätzliche Ressourcen und Informationen zu kritischer Unterstützung.

Optum

Dieses Programm ist nicht für die Versorgung in Notfällen gedacht. In einem Notfall wählen Sie 112 oder suchen Sie die nächstgelegene Notaufnahme auf. Das Programm ist kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder medizinische Fachkräfte. Falls Sie spezielle Bedürfnisse im Hinblick auf Gesundheitsberatung, Behandlungen oder Medikamente haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt. Wegen möglicher Interessenkonflikte wird in Fragen, die zu rechtlichem Vorgehen gegen Optum, seine Tochtergesellschaften oder gegen Unternehmen führen können, die Anrufern diese Angebote zur Verfügung stellen (z. B. Arbeitgeber oder Krankenversicherer), keine Rechtsberatung angeboten. Dieses Programm und seine Bestandteile können regional unterschiedlich sein und nicht für alle Unternehmensgrößen verfügbar sein. Änderungen bleiben vorbehalten. Manche Angebote können von der Deckung durch die Versicherung ausgeschlossen sein, oder die Deckung ist nur eingeschränkt.

Optum® ist eine eingetragene Marke von Optum, Inc. in den USA und anderen Rechtsgebieten. Alle anderen Produktnamen sind Marken oder eingetragene Marken der jeweiligen Eigentümer. Optum fördert die Chancengleichheit.

© 2023 Optum, Inc. Alle Rechte vorbehalten. WF8463081 223388-092022 OHC