

# Omgaan met verlies op de werkplek. Hoe doe je dat?



**VIAMARLON**  
mens, werk en  
verlies in balans

## Omgaan met verlies op de werkplek. Hoe doe je dat?

- ♥ Er zijn veel soorten verlies die impact hebben op de werkplek. Niet alleen een overlijden maar bijv. ook een relatiebreuk, verlies van gezondheid, reorganisatie of een naderend pensioen.
- ♥ Geef of neem voldoende tijd en ruimte om te rouwen. Kijk of er flexibele verlofmogelijkheden zijn zoals rouwverlof of bijzonder verlof.
- ♥ Werken kan een positieve bijdrage leveren in een rouwproces. Het geeft structuur, houvast, een gevoel van controle en collega's en werkgever kunnen steun bieden. Maak samen een terugkeerplan en overleg eventuele aanpassingen in taken, werktijden of werkplek om een soepele overgang mogelijk te maken.
- ♥ Weet je niet hoe je moet reageren op het verlies van je collega of medewerker? Neem zelf het initiatief! Vraag concreet wat deze nodig heeft van jou en blijf dit regelmatig doen, ook na langere tijd.
- ♥ Heb je niet altijd zin om op de werkplek over je verlies te praten? Werk met iets, bijvoorbeeld een groene en rode kaart op je bureau, waarmee je aangeeft of je open staat voor een praatje.
- ♥ Denk na over een buddy op het werk. Iemand die een klankbord kan zijn voor zowel degene die het verlies ervaart als collega's en werkgever.
- ♥ Zijn rouw en werk voor een van jullie niet in balans? Ik kijk graag met je waar jij, je medewerker(s) en het bedrijf behoefte aan hebben. Kijk op [www.viamarlon.nl](http://www.viamarlon.nl) of scan de QR-code.

