

Recuperatiedag, wenselijk of niet?

Dat er niet zo vaak een recuperatiedag of hersteltijd wordt opgenomen in een Functionele Mogelijkheden Lijst heeft natuurlijk zijn redenen.

Zo past het niet in de systematiek en technische mogelijkheden van het Claimbeoordelings- en Borgingssysteem van het UWV (CBBS), en betekent een recuperatiedag dat er meestal geen theoretische schatting mogelijk is. Deze consequentie heeft gezorgd voor een terughoudend beleid bij het opnemen van hersteldagen in de Functionele Mogelijkheden Lijst.

Bij het invullen van een Functionele Mogelijkheden Lijst komt het er in de basis op neer dat de beperkingen optimaal worden weergegeven en is de urenbeperking als laatste aan bod, dus als de andere beperkingen al zijn weergegeven. Je kiest een urenbelasting bij een geoptimaliseerde werkbelasting ten aanzien van alle andere rubrieken. Dus je kiest bij een longziekte eerst voor energetisch licht werk, bijvoorbeeld zittend werk, en dan pas kijk je of er een urenbeperking nodig is. Binnen deze systematiek past een recuperatiedag evenmin.

Hersteldagen zijn vanuit arbeidskundig perspectief onverstandig. Herstel betekent immers dat er een te grote belasting is geweest. Heel snel ontstaat de neiging bij opbouwen om van het weekeinde naar woensdag te werken of van woensdag naar het weekeinde, met de gedachte: "morgen kan ik bijkomen". Dat werkt echter overbelasting in de hand. Bedoeling is dat de belasting thuis en op het werk in evenwicht is en blijft.

Door iedere dag in hetzelfde patroon te werken en in het weekeinde de privé-zaken te regelen, komt er eerder een signaal dat de uren uitgebreid kunnen worden of dat een grens is bereikt. Het werk en de prestatie zijn duidelijker in beeld en staan centraal. In de loop van de jaren ben ik als arbeidsdeskundige meer en meer gaan vasthouden aan opbouwschema's waarin taken en uren al vanaf het begin dagelijks werden ingepland. Dat blijkt veel duurzamer te werken. In het onderwijs is dat om allerlei redenen lastig. Mijns inziens leidt het inslijten van een hersteldag daar vaak tot stagnatie als er op die dag ook opgebouwd gaat worden. In die omgeving is deeltijdwerk op afwisselende dagen gebruikelijk en ervaren werknemers het soms als het opgeven van een vrije dag, waar ze nog niet aan toe zijn.

Bij re-integratie in spoor I is een recuperatiedag soms aan de orde vanwege behandelingen, of andere aan het herstel gebonden redenen. Als je uitgaat van het opbouwen van belastbaarheid dan is evenwicht belangrijk. In dergelijke situaties geven bedrijfsartsen duidelijk aan dat er hersteltijd nodig is, en kan de werkgever met de werknemer de invulling realiseren. Soms is een arbeidsdeskundige nodig. Belangrijk is wel dit gegeven in het re-integratiedossier op te nemen als onderbouwing van het tijd- en taakcontingent opbouwschema.

Bij zeer beperkte arbeidsmogelijkheden, bijvoorbeeld bij de eerste stappen rond terugkeer in werk, spreek je nog niet over hersteldagen. In het begin gaat het erom op gang te komen en

evenwichtig de belasting op te bouwen. Dan zou het doel moeten zijn om volgens een schema elke dag actief te zijn, en het woon-werkverkeer of de opstart van het werk op afstand mee te maken. Streven naar iedere dag een uur/taak werkt de betrokkenheid bij het werk in de hand. Het bekende kopje koffie op de werkplek is een eerste stap en onderdeel van de opbouw van belastbaarheid en betrokkenheid.

Datum

04 januari 2022

Auteur

Flora van den Berg