

Mental-check-up (MCU)



Doelstellingen MCU

Een mental-check-up (MCU) is een gesprek om de veerkracht met een functionaris in kaart te brengen. Het gesprek biedt de mogelijkheid om ervaringen op een rij te zetten en gevoelens te uiten. Het gesprek wordt geleid door een MCU-ervaren psycholoog die de werkcontext van betrokkene kent. Er wordt besproken wat iemand bezighoudt en wat hij/zij zelf kan doen om mentaal fit te blijven; het zelfinzicht en de eigen verantwoordelijkheid worden geactiveerd.

De interviewer kan voorlichting geven over stressreacties (een normale reactie op een abnormale gebeurtenis), advies geven hoe de stress te reduceren en zo nodig bespreken hoe meer hulp in te schakelen. Naast deze preventieve werking en een eventuele vroegsignalering van psychosociale klachten, resulteert het inbedden van MCU's in de organisatie tot een vermindering van stigma rondom (openheid over) ervaringen en emoties.

Wanneer een MCU?

- Periodiek: bijvoorbeeld jaarlijks, voor alle of voor specifieke functionarissen (bijv. burgemeesters en/of wethouders)
- Op aanvraag: de mogelijkheid wordt geboden tot een 'ad hoc' MCU op aanvraag

Rapporteren over MCU's

De inhoud van de gesprekken is vertrouwelijk en daarover wordt niet aan de opdrachtgever gerapporteerd.

Voor wie zijn de kosten?

Het IVP werkt voor organisaties die als werkgever optreden (voor lokale politieke ambtsdragers is dat de gemeente). Zij krijgen de kosten vanuit IVP gefactureerd.

Meer informatie over het IVP

Zie hiervoor www.ivp.nl of mail uw vraag naar info@ivp.nl.

Tijdens kantooruren is het IVP bereikbaar op telefoonnummer 020 840 7620.