

**Schema 1. Model voor loopbaanlange fitheid (Nauta, De Lange & Görtz, 2010)**

	<b>Soort 'leeftijd'</b>	<b>Vakbekwaamheid</b>	<b>Privésituatie</b>	<b>Psychosociale beleving</b>	<b>Gezondheid</b>	<b>Neurocognitie</b>
<b>De werknemer</b>	<b>Behoeft werknemer</b>	Wil zich bekwamen	Wil werk & privé flexibel combineren	Wil jong ogen en wijs overkomen	Wil fit blijven	Wil zich ontwikkelen
	<b>Kernvraag aan zichzelf</b>	'Wat kan ik?'	'Hoe wil ik leven?'	'Wat wil ik?'	'Hoe blijf ik fit?'	'Wat kan ik leren?'
	<b>Zelfmanagement (preventief)</b>	Vakinhoudelijk leren (verdiepen)	Privé-leven organiseren	Flexibel opstellen	Veel bewegen, gezond eten	Breed leren (verbreden); veel bewegen
	<b>Mogelijk probleem</b>	Vastroesten; functie te makkelijk, moeilijk of niet-passend	Werk-privé onbalans	Negatief zelfbeeld	Lichamelijke klachten	Verminderd leervermogen
	<b>Coping (curatief)</b>	Andere functie zoeken	Werk en privé leren combineren	Psychische hulp zoeken	Medische hulp zoeken	Hersentraining
<b>Dde HR-praktijken</b>	<b>Behoeft werkgever</b>	Wil juiste persoon op juiste plaats (competent)	Wil toegewijde medewerkers (betrokken)	Wil gemotiveerde medewerkers (gemotiveerd)	Wil laag verzuim (gezond)	Wil medewerkers flexibel inzetten (inzetbaar)
	<b>Kernvraag van manager</b>	'Wat wil je doen?'	'Hoe is het thuis?'	'Hoe bevalt het hier?'	'Hoe is het met je gezondheid?'	'Wat wil je leren?'
	<b>Management (preventief)</b>	Uitdagend werk; loopbaanmogelijkheden	Flexibele werktijden, verlofregelingen, kinderopvang	Diversiteit promoten	Gezond werk bieden	Ontwikkelings- en opleidings-mogelijkheden
	<b>Mogelijk risico</b>	Onderprestatie	(Mentaal) verzuim	Demotivatie	Verzuim	Ervaringsconcentratie
	<b>Probleemaanpak (curatief)</b>	Her- en uitplaatsing	Extra verlof; Ondersteuning regelen	Stereotypen bestrijden	Werk aanpassen aan beperkingen en wensen werknemer	Om-, bij- en herscholing werknemer