

# BAR-instrument

Voor u ligt de eerste versie van het instrument voor beschrijving van arbeidsbelastbaarheid en re-integratiemogelijkheden (BAR-instrument). Dit instrument is ontwikkeld met een subsidie van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. Dit BAR-instrument 1.0 wordt vanaf november 2021 doorontwikkeld.

Het BAR-instrument is een hulpmiddel om de belastbaarheid en re-integratiemogelijkheden van een werknemer te beschrijven. Signaleert de bedrijfsarts een beperking voor een activiteit, dan beschrijft hij deze én licht haar toe om de mogelijkheden en voorwaarden voor re-integratie te verduidelijken. Waar mogelijk geeft hij een voorbeeld van het dagelijks functioneren. In het instrument kan de bedrijfsarts rekening houden met relevante werk- en persoonlijke factoren. Uitgaande van deze beschrijving kunnen de betrokken bedrijfsarts, arbeidsdeskundige, werknemer en werkgever met elkaar de re-integratie naar eigen of ander werk afstemmen en vormgeven.

De informatieverstrekking en mate van detaillering van het invullen van het instrument is afhankelijk van de fase waarin het verzuim zich bevindt en de informatie die bedrijfsarts heeft over de beperkingen en prognose. Het proportionaliteitsbeginsel is daarbij leidend. De bedrijfsarts kan het instrument uitgebreid of minder uitgebreid invullen. Als het invullen de re-integratie maar ten goede komt. Het ligt in de lijn der verwachting dat de bedrijfsarts de belastbaarheid in het begin van de verzuimperiode in veel gevallen minder uitgebreid beschrijft, omdat re-integratie zich dan veelal richt op het eigen werk en het verzuim vaker kortdurend is.

De versie van het BAR-instrument die voor u ligt, is met nadruk een 1.0-versie. Het instrument en de bijbehorende multidisciplinaire leidraad worden de komende jaren doorontwikkeld. Daar valt ook de praktische toepassing onder, bijvoorbeeld door implementatie van het instrument in de systemen van arbodiensten. Laat dat u er niet van weerhouden om met de huidige versie te experimenteren.

Heeft u opmerkingen over (het gebruik van) het BAR-instrument? Of wilt u een bijdrage leveren aan de doorontwikkeling ervan? Stuur dan een mail naar [bar-project@amsterdamumc.nl](mailto:bar-project@amsterdamumc.nl). Deze opmerkingen worden meegenomen bij de doorontwikkeling van het instrument (vanaf november 2021).



# Instrument voor Beschrijving Arbeidsbelastbaarheid en Re-integratiemogelijkheden

Dit instrument wordt gebruikt als communicatiemiddel ten behoeve van de re-integratie van een werknemer.

De activiteiten in het instrument zijn afkomstig uit de International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). De activiteiten met bijbehorende definities uit de ICF zijn opgenomen in de bijbehorende leidraad.

Wanneer de bedrijfsarts een beperking voor een activiteit signaleert, beschrijft zij of hij deze én licht deze toe om de mogelijkheden en voorwaarden om te kunnen re-integreren te verduidelijken. Waar mogelijk wordt ook een voorbeeld van het dagelijks functioneren gegeven.

Naam werknemer

Geboortedatum

Functie


Uur/contract

Werkgever

Bedrijfsarts

Eerste verzuimdag

Datum invullen

Doel invullen instrument 

- Probleemanalyse
- Eerstejaarsevaluatie
- Actueel oordeel
- Anders, namelijk

Het verkeerde vakje geselecteerd? Dit verdwijnt door het juiste vakje te selecteren of de toetsencombinatie ctrl+z te gebruiken.



## Activiteiten en p...

- HERINNEREN ?**  
(ICF: d159 Basaal leren, anders gespecificeerd en niet gespecificeerd)

Toelich

Op elk gewenst moment kunnen reproduceren van informatie die onmisbaar is voor het dagelijks functioneren.

*Voorbeeld:* Werd teruggebeld naar aanleiding van een eerder adviesgesprek en vond het lastig te reproduceren wat er was gezegd.

- CONCENTREREN ?**  
(ICF: d160 Richten van aandacht)

Vas

O

O

Ver

Ver

Delen van de aandacht

Doelbewust focussen op specifieke stimuli, zoals door het onderdrukken van ruis.

*Voorbeeld:* Kan een e-mail niet afronden als een WhatsApp-berichtje binnenkomt.

- OPLOSSEN VAN PROBLEMEN ?**  
(ICF: d175 Oplossen van problemen)

Toelich

Oplossingen vinden voor vragen of situaties door het identificeren en analyseren van vraagstukken, het ontwikkelen van opties en oplossingen, het evalueren van mogelijke effecten van oplossingen en het uitvoeren van de gekozen oplossing.

*Voorbeeld:* Wist niet wat te doen toen de beamer het niet meer deed.

- BESLUITEN NEMEN ?**  
(ICF: d177 Besluiten nemen)

Toelich

Kiezen uit opties, de keuze uitvoeren, en de effecten van de keuze evalueren.

*Voorbeeld:* Kon niet beslissen over de inkoop van een nieuw product op de linnenafdeling van de winkel.

- ONDERNEMEN VAN MEERVOUDIGE TAKEN ?**  
(ICF: d220 Ondernemen van meervoudige taken)

Toelich

Eenvoudige, complexe en gecoördineerde acties achtereenvolgens of gelijktijdig uitvoeren als componenten van meervoudige, geïntegreerde en complexe taken.

*Voorbeeld:* Het lukte niet de vergadering met de directeur communicatie te plannen, de ruimte te reserveren en mensen uit te nodigen.

- OMGAAN MET STRESS ?**  
(ICF: d240 Omgaan met stress en andere mentale eisen)

Toelich

Eenvoudige of complexe acties uitvoeren om te kunnen voldoen aan de mentale eisen van het uitvoeren van taken waarbij men grote verantwoordelijkheid draagt, en waarbij sprake is van stress, afleiding, of crisissituaties.

*Voorbeeld:* Lucht achter de computer, zit iedere dag tot sluitingstijd op kantoor en neemt werk mee naar huis.



- OVERIGE BEPERKINGEN**  
in persoonlijk functioneren

Toelichting:

## Activiteiten en

- ZIEN ?**  
(ICF: d110 Gadeslaan)

Toelichting:

Doelbewust ervaren van visuele stimuli.

*Voorbeeld:* Kan niet meer zien wat er wordt gepresenteerd bij de vergadering.

- HOREN ?**  
(ICF: d115 Luisteren)

Toelichting:

Doelbewust ervaren van auditieve stimuli.

*Voorbeeld:* Kan geen bestellingen opnemen als het druk is in het restaurant.

- VOELEN, RUIKEN, PROEVEN ?**  
(ICF: d120 Doelbewust gebruiken van andere zintuigen)

Toelichting:

Doelbewust ervaren van stimuli.

*Voorbeeld:* Heeft niet in de gaten dat de thee voor de bewoners nog te warm is.

- SPREKEN ?**  
(ICF: d330 Spreken)

Toelichting:

Produceren van woorden, zinnen en langere passages in spreektaal, met een letterlijke en figuurlijke betekenis.

*Voorbeeld:* Bellen met klanten lukt niet meer, doet alleen nog administratief werk.

- VERKEER EN REIZEN ?**  
(ICF: d470 Gebruiken van vervoermiddel en d475 Besturen)

Kan

Kan niet reizen met het openbaar vervoer

Toelichting:

Middelen van transport gebruiken om zich als passagier te laten vervoeren. Controle hebben over en voortbewegen van een voertuig, reizen op eigen gezag of een middel van vervoer ter beschikking hebben.

*Voorbeeld:* Kan een nieuwe route niet zelfstandig afleggen. Heeft op de vaste route naar Utrecht herkenningspunten, waardoor dat wel goed gaat.



- COMPLEXE TUSSENMENSELIJKE INTERACTIES** ?  
(ICF: d720 Complexe tussenmenselijke interacties)

- Kan beperkt met conflicten omgaan, namelijk

- Interacties met andere personen onderhouden en reguleren, in overeenstemming met de context en de cultuur. Door het reguleren van emoties en impulsen, verbale en fysieke agressie, door onafhankelijk op te treden in sociale interacties, en door zich te gedragen in overeenstemming met de sociale regels en conventies.

Toelichting:

*Voorbeeld:* Is tijdens afdelingsvergaderingen te vaak overtuigd van het eigen gelijk en niet voor rede vatbaar.

- OMGAAN MET ANDEREN** ?  
(ICF: d740 Formele relaties)

- Omgaan met klanten of patiënten is beperkt

- Leidinggeven is beperkt

- Om

- Specifieke relaties in formele situaties aangaan en onderhouden.

Toelichting:

*Voorbeeld:* Gaat nooit mee op afdelingsuitjes.

- OVERIGE BEPERKINGEN**  
in sociaal functioneren

Toelichting:

## Activiteiten en participatie (lichamelijk functioneren)

- LOPEN** ?  
(ICF: d450 Lopen)

- Kan niet of nauwelijks lopen

- Kan ongeveer 15 - 30 minuten lopen

- Kan


Zich te voet voortbewegen op een oppervlak, stap voor stap, met altijd één voet op de grond.

Hoe va

*Voorbeeld:* Kan niet zonder pauze naar de andere kant van de fabriekshal lopen.

Toelichting:



**TRAPLOPEN**   
(ICF: d451 Traplopen)


- Kan niet traplopen
- Kan enkele treden op- en aflopen
- Kan


Hoeveel

Zich naar boven en omlaag verplaatsen met ten minste één voet aan de grond.

*Voorbeeld:* Kan op kantoor niet van de ene verdieping naar de andere lopen.

Toelichting:

**TILLEN EN DRAGEN**   
(ICF: d430 Optillen en meenemen)

- Tillen** 
- Kan niet of nauwelijks tillen
- Ongeveer 5 - 10 kilo
- Ongeveer 15

**Dragen** 

- Ongeveer 1 r
- Ongeveer 5 r

Iets of iemand optillen en van de ene naar de andere plaats meenemen.

*Voorbeeld:* Kan het tilwerk op het kinderdagverblijf (0-4 jaar) niet meer aan, werkt nu op een BSO voor 4- tot 12-jarigen.

Vermeld lokalisatie:  Links  Rechts  Beiderzijds

Vermeld dominantie:  Links  Rechts

Hoe va

Iets of iemand pakken om van een lager naar een hoger niveau te verplaatsen.

*Voorbeeld:* Magazijnwerk lukt niet meer, doet nu alleen de klantadministratie.

Toelichting:

Iets of iemand in bijvoorbeeld de handen of armen nemen en van de ene plaats naar de andere verplaatsen.

**NAUWKEURIG GEBRUIKEN VAN DE HAND**   
(ICF: d440 Nauwkeurig gebruiken van hand)

**Kracht zetten (knijp- en grijpkracht)**

- Niet mogelijk
- H

Gecoördineerde acties uitvoeren om voorwerpen met de hand, vingers en duim te pakken, te manipuleren en los te laten.

**Frec**

- N
- Het is nog mogelijk om

*Voorbeeld:* Kan bewoners niet meer zelfstandig aankleden, heeft hulp nodig van collega's bij het dichtmaken van knopen.



- Fijnmotorisch werken zoals: toetsenbord en muis bedienen, schrijven, pincetgreep, pengreep, sleutelgreep
- Niet mogelijk
- Het is nog mogelijk om

- Andere bewegingen van de hand, namelijk

- Niet mogelijk
- Het is nog mogelijk om

Vermeld lokalisatie:  Links  Rechts  Beiderzijds

Vermeld dominantie:  Links  Rechts

Toelichting:

**GEBRUIKEN VAN HAND EN ARM ?**

(ICF: d445 Gebruiken van hand en arm)

- Schroefbewegingen

- Niet mogelijk

- H

Gecoördineerde acties uitvoeren om iets of iemand met de handen en armen te verplaatsen of manipuleren.

- Reik *Voorbeeld:* Heeft moeite met het uitwringen van een dwell.

- Niet mogelijk

- Het is nog mogelijk om

- Duwen en trekken

- Niet mogelijk

- 10 kilo is mogelijk

- 20 kilo is mogelijk

- Andere beweging van hand en arm, namelijk

- Niet mogelijk

- Het is nog mogelijk om


Vermeld lokalisatie:  Links  Rechts  Beiderzijds

Vermeld dominantie:  Links  Rechts



Hoe vaak per uur kan of kunnen deze beweging(en) op een werkdag uitgevoerd worden?

Toelichting:

**ANDERE BEWEGINGEN**   
(ICF: d410 Veranderen van  
basale lichaamshouding)

Knielen/hurken

Kan niet knielen of hurken

Kan

Van de ene lichaamshouding in de andere komen en van de ene locatie naar de andere gaan.

Bui

Kan

*Voorbeeld:* Heeft moeite om uit een bureaustoel te komen, moet zichzelf daarvoor ondersteunen met de handen.

Kan

Frequ

Kan ongeveer 2x/min buigen

Kan ongeveer 5x/min buigen

Torderen

Kan in staande houding niet torderen

Kan in zittende houding niet torderen (vaste heupen)

Frequentie

Kan ongeveer 1x/min torderen

Kan ongeveer 3x/min torderen

Andere bewegingen, namelijk

Niet mogelijk

Het is nog mogelijk om

Vermeld lokalisatie:  Links  Rechts  Beiderzijds

Hoe vaak per uur kan of kunnen deze beweging(en) op een werkdag uitgevoerd worden?

Toelichting:





**LICHAAMSHOUDING  
VOLHOUDEN**   
(ICF: d415 Handhaven  
van lichaamshouding)

- Zitten
- Niet of nauwelijks
  - O
  - O

Waar nodig zelfde lichaamshouding bewaren.

*Voorbeeld:* Kan niet langer dan 15 minuten achtereen blijven  
zitten op een bureaustoel.

- Staa
- N
  - Ongeveer 30 minuten
  - Ongeveer 60 minuten

- Knielen/hurken
- Niet of nauwelijks
  - Ongeveer 1 minuut
  - Ongeveer 5 minuten

- Boven schouderhoogte werken
- Niet of nauwelijks
  - Ongeveer 2 minuten

- Andere lichaamshoudingen volhouden, namelijk
- Niet mogelijk
  - Het is nog mogelijk om

- Vermeld lokalisatie:  Links  Rechts  Beiderzijds  
Vermeld dominantie:  Links  Rechts

Hoe lang aaneengesloten kan of kunnen deze houding(en) uitgevoerd worden?

Toelichting:

**OVERIGE BEPERKINGEN**  
in lichamelijk functioneren

Toelichting:



## Werkfactoren

**PSYCHOSOCIALE BELASTING**

**VAN HET WERK**

Zijn er voorwaarden ten aanzien van de psychosociale belasting van het werk waar rekening mee gehouden moet worden?

Tijdsdruk

Aangewezen op:

- Werk met lage tijdsdruk
- Werk zonder piekdruk
- Werk met regelmogelijkheden

Verantwoordelijkheid

Aangewezen op:

- Werk zonder verantwoordelijkheid (heeft begeleiding nodig)
- Werk met lage verantwoordelijkheid (werk wordt gecontroleerd)

Structuur

Aangewezen op:

- Gestructureerd werk met vaststaande taken en tijdsindeling
- Gestructureerd werk met soms wat kleine taken tussendoor

Toelichting:

**OMSTANDIGHEDEN VAN DE WERKPLEK**

Zijn er voorwaarden ten aanzien van de omstandigheden van de werkplek waar rekening mee gehouden moet worden?

Lawaai en andere prikkels

Aangewezen op:

- Een werkplek met beperkt geluidsoverlast
- Een werkplek met beperkte prikkels, zoals

Aangewezen op werkzaamheden zonder verhoogd persoonlijk risico, zoals

Andere voorwaarden voor omstandigheden van de werkplek

Ergonomie van de werkplek, namelijk

Stof, namelijk

Damp, gas of rook, namelijk

Vocht, namelijk

Licht, namelijk

Temperatuur, namelijk

Trillingen, namelijk

Anders namelijk



Toelichting:

**WERKTIJDEN**

Zijn er voorwaarden ten aanzien van de werktijden waar rekening mee gehouden moet worden?

Aangewezen op:

Vaste werktijden, namelijk

Beperkt aantal uur per dag, namelijk

Beperkt aantal uur per week, namelijk

Andere voorwaarden voor werktijden, namelijk

Toelichting:


Zijn er nog andere voorwaarden ten aanzien van werk?

Ja

Nee

Toelichting:

## Persoonlijke factoren

Zijn er belemmeringen voor de re-integratie in het werk door persoonlijke of privéfactoren?   Ja  Nee


Persoonlijke factoren zijn bijvoorbeeld problemen in de privé-situatie of persoonlijkheidsaspecten. Geeft de werknemer expliciete toestemming, dan kunnen relevante factoren worden toegelicht. Terughoudendheid is hierbij geboden.



er):




## Prognose

Visie bedrijfsarts op de arbeidsbelastbaarheid 

De arbeidsbelastbaarheid:

- Blijft naar verwachting gelijk
- Zal verbeteren
- Zal afnemen

*Definitie:* De werklast die een individu kan dragen, zowel op het geestelijke als het lichamelijke vlak.

Visie bedrijfsarts over de re-integratiemogelijkheden 

Kan de werknemer op den duur volledig terugkeren in het eigen werk?

- Ja
- Nee
- Soms

*Definitie:* Re-integratiemogelijkheden zijn een resultante van de belastbaarheid en de daarop gebaseerde voorwaarden waaraan voldaan moet zijn om arbeidsdeelname voor iemand mogelijk te maken.

*Voorbeeld:* De verwachting is dat werknemer binnen drie maanden kan starten met re-integratie in het eigen werk. Maar of volledige terugkeer in het eigen werk mogelijk is, zal pas over drie tot zes maanden duidelijk zijn.

Arbeidsdeskundig onderzoek

Is een arbeidsdeskundig onderzoek op dit moment wenselijk?

- Nee, dat is niet aan de orde
- Nee, maar later mogelijk wel
- Ja, voor advies over re-integratiemogelijkheden

Toelichting:

## Visie werknemer

De werknemer beschrijft zijn visie op de eigen arbeidsbelastbaarheid en re-integratiemogelijkheden voor werk.

Eigen omschrijving:

Vragen voor de werknemer

1 Bedrijfsarts heeft het ingevulde instrument over arbeidsbelastbaarheid en re-integratiemogelijkheden met werknemer besproken

- Ja
- Nee

2 Werknemer is het eens met het advies van bedrijfsarts over arbeidsbelastbaarheid en re-integratiemogelijkheden

- Ja
- Nee