

# Welke vorm van begeleiding is geïndiceerd <sup>1</sup> bij welke spanningsklachten?

VESB



Vereniging van  
Erkende Stress- en Burn-out coaches

ACSB

Association de  
Coachs certifiés en Stress et Burn-out

Stap 1

Stap 2

Stap 3

Het preventieve pad  
*Stress & Burn-out coach*

Aanmelding via coach

Beeldvorming

Coaching  
Stress en Burn-outcoach

Het ongecompliceerde pad  
*Stress & Burn-out coach*

Aanmelding via huis- of  
bedrijfsarts

Diagnose & Advies

Coaching  
Stress en Burn-outcoach

Het gecompliceerde pad  
*Klinisch psycholoog  
Orthopedagoog*

Aanmelding via huis- of  
bedrijfsarts

Diagnose & Advies

Klinisch psycholoog  
Orthopedagoog

# Het preventieve pad <sup>2</sup>

## Stress & Burn-out coach

VESB

Vereniging van  
Erkende Stress- en Burn-out coaches



ACSB

Association de  
Coachs certifiés en Stress et Burn-out

### Aanmelding via coach

- persoon met incidenteel milde, overwegend werkgerelateerde spanningsklachten, zonder ziekteverzuim of slechts kortdurend ziekteverzuim (enkele dagen), zonder historie van burn-out en zonder historie van psychische klachten / aandoeningen
- meldt zich (via werk of privé) rechtstreeks bij de coach
- wil preventief werken aan verstevigen van veerkracht en stressbestendigheid

### Beeldvorming

- coach neemt interview af
- coach neemt zo nodig vragenlijst af
- beeld: incidenteel milde, niet gecompliceerde spanningsklachten = start coaching
- beeld: aanhoudende of substantiële stressklachten = verwijzen naar huisarts voor diagnose en advies ( zie volgende schema)

### Coaching Stress en burn-out coach

- leren omgaan met normale werkgerelateerde spanning, preventief versterken van veerkracht

# Het ongecompliceerde pad 3

## Stress & Burn-out coach

**VESB**

Vereniging van  
Erkende Stress- en Burn-out coaches



**ACSB**

Association de  
Coachs certifiés en Stress et Burn-out

### Aanmelding via huis- of bedrijfsarts

- persoon met stressklachten (werkgerelateerde of privé stressbronnen), met ziekteverzuim, meldt zich bij de huis- of arbeidsarts
- deze voert medisch onderzoek uit om fysieke oorzaken uit te sluiten en
- stelt de diagnose en geeft mede op basis van kennis van de ziektegeschiedenis een advies over de passende vorm van begeleiding

### Diagnose & Advies

- werkgerelateerde stressklachten, overspanning,
- ongecompliceerde, milde burn-out (zonder depressie, gegeneraliseerde angsten, middelenmisbruik, trauma, historie van psychische aandoeningen, enz)
- zo nu en dan een somber gevoel met name werkgerelateerd, waarbij men nog wel plezier heeft en kan genieten op andere levensdomeinen, zonder suïcidegedachten: zijnde niet een depressie
- werkgerelateerde zorgen of faalangst, bezorgdheid of men wel weer de oude wordt. Niet zijnde ernstige of gegeneraliseerde angsten

### Coaching Stress en burn-out coach

- aanmelding bij erkende stress- en burn-outcoach & start coaching
- indien de persoon rechtstreeks naar de coach komt, verwijst deze eerst door naar de huis- of arbeidsarts
- indien er na ca. 4 gesprekken geen verbetering optreedt, verwijst de coach terug door naar de huisarts of naar een klinisch psycholoog

VESB

Vereniging van  
Erkende Stress- en Burn-out coaches



ACSB

Association de  
Coachs certifiés en Stress et Burn-out

## Klinisch psycholoog / Orthopedagoog

Aanmelding via huis- of  
bedrijfsarts

- persoon met als ernstig ervaren, aanhoudende stressklachten (overwegend privé en ook werk) in combinatie met ernstige psychische aandoeningen (bijvoorbeeld zoals depressie, gegeneraliseerde angstklachten, middelenmisbruik), meldt zich bij huis- of bedrijfsarts
- deze voert medisch onderzoek uit om fysieke oorzaken uit te sluiten, stelt de diagnose en
- geeft op basis van kennis van de ziektegeschiedenis een advies over de passende vorm van begeleiding

Diagnose & Advies

- persoon met complexe stressklachten zoals co-morbiditeit met depressie, duidelijke angstklachten, ervaren trauma, historie van misbruik, geweld, middelenmisbruik, psychische stoornissen, herhaaldelijke burn-out, burn-out langer dan 8 a 12 maanden

Klinisch psycholoog  
Orthopedagoog

- verwijzing naar klinisch psycholoog
- klinisch orthopedagoog
- of psychiater