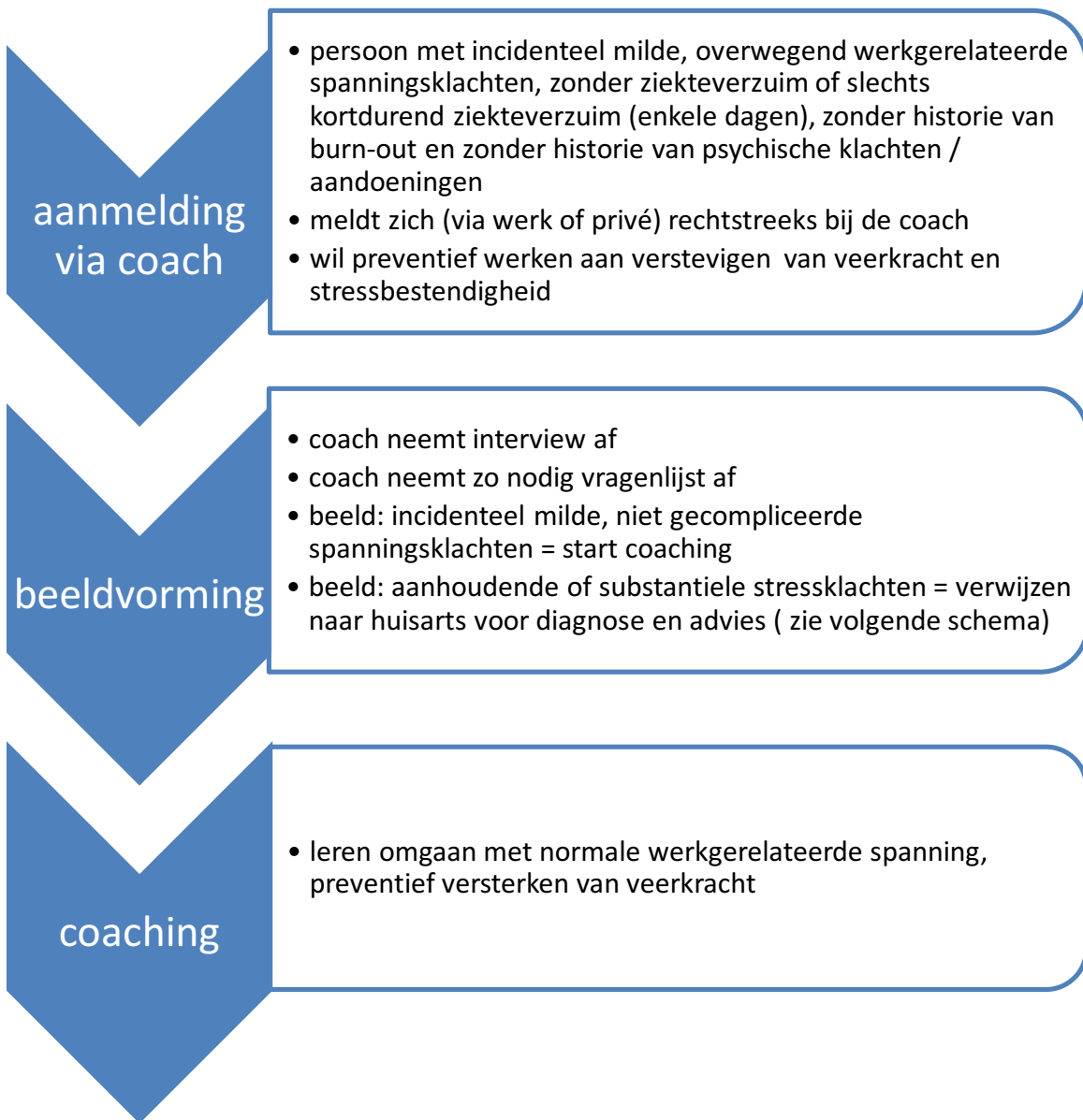


Welke vorm van begeleiding is geïndiceerd bij welke spanningsklachten?

In onderstaande schema's stelt de VESB (Vereniging van Erkende Stress- en Burn-outklachten) 3 passende wegen voor verwijzing en begeleiding bij spanningsklachten, overspanning en burn-out voor.

- 1. Het preventieve pad**
- 2. Het ongecompliceerde, overwegend werkgerelateerde pad**
- 3. Het gecompliceerde pad**

Het preventieve pad = stress en burn-outcoach



Het ongecompliceerde, overwegend werkgerelateerde pad = stress- en burn-outcoach

huis- of arbeidsarts

- persoon met overwegend werkgerelateerde stressklachten, 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

- **diagnose:**
- 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 suicidegedachten: zijnde niet een depressie
- werkgerelateerde zorgen of faalangst, bezorgdheid of men wel weer de oude wordt. Niet zijnde ernstige of gegeneraliseerde angsten.

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

Het gecompliceerde pad = klinisch psycholoog

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 en
- stelt de diagnose en
- geeft op basis van kennis van de ziektegeschiedenis een advies over de passende vorm van begeleiding

diagnose en advies

- **Diagnose:** 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