

BURN-OUT SPECIALIST ANTON TE VELDE

'WERKGEVERS WETEN NOG VEEL TE WEINIG OVER BURN-OUTS'

Drie jaar geleden had één op de zeven Nederlanders last van burn-out gerelateerde klachten, in 2020 was dat al één op de vijf. En door de coronapandemie zullen die klachten blijven toenemen, stelt Anton te Velde, burn-out specialist in Bunschoten-Spakenburg. Te Velde wil werkgevers nog bewuster maken van de impact van een burn-out, ook voor de kosten die ermee gemoeid zijn.



Te Velde resideert in een boerderij in Bunschoten-Spakenburg en dat is niet voor niets. "Ik adviseer iedereen: ga de natuur in. Dat doet een mens goed", aldus Te Velde. "De buitenlucht dient als middel tegen burn-outs. Let op: er is 3,2 miljard euro aan burn-out gerelateerd ziekteverzuim! Werkgevers weten nog veel te weinig over burn-outs. Ik geef daarom ook trainingen voor preventie. Dan leg ik uit wat een burn-out is, hoe mensen erin terecht komen, de signalen die die mensen afgeven en wat het verschil is tussen overspannen zijn en een burn-out. Hoe herken je de signalen nou als werkgever?"

Volgens Te Velde is het in het voordeel van de werkgever én werknemer als werkgever tijdig signalen herkent. "Maar veel werkgevers gaan gewoon door in de bedrijfsvoering. Misschien is het goed om te

weten dat een werknemer met een modaal salaris als snel 120 duizend euro per jaar kost als gevolg van uitvallen. Dan heb je het nog niet eens over de jaren waarin mensen al minder productief zijn en daarnaast ook veel persoonlijk leed. Daarom is voorkomen ook beter dan genezen. De gezondheid van de werknemer staat altijd voorop, maar als werkgever bespaar je veel kosten door alert te zijn op de werkvloer."

Te Velde focust zich in zijn coaching op het MKB en zorginstellingen. "In een kleine(re) organisatie heeft uitval een grote impact. Mijn coaching over hoe om te gaan met een burn-out én daar uit te komen vindt binnen en buiten plaats, daarvoor is voldoende ruimte rond de boerderij. Ik werk ook nauw samen met zorgverzekeraars en in die hoedanigheid zie en hoor ik steeds meer mensen met klachten in deze

coronatiid. Dat zal in 2022 niet teruglopen. Veel mensen missen nu een uitlaatklep", besluit Te Velde en daardoor wordt er veel opgekropt. Met alle gevolgen van dien.

Wil je in contact komen met burn-out specialist Anton te Velde? Ga naar www.burn-out-specialist.nl.

