

# Psychische

Houd je dat voor jezelf...



# aandoening

...of vertel je het tijdens een sollicitatie?

vormgeving infographic: Jeanne } design



**48%**

van de Nederlanders tussen de 18 en 75 jaar krijgt ooit in het leven een **psychische aandoening** (zoals angst-, stemmings-, middelenstoornis of ADHD<sup>1</sup>).



**29%**

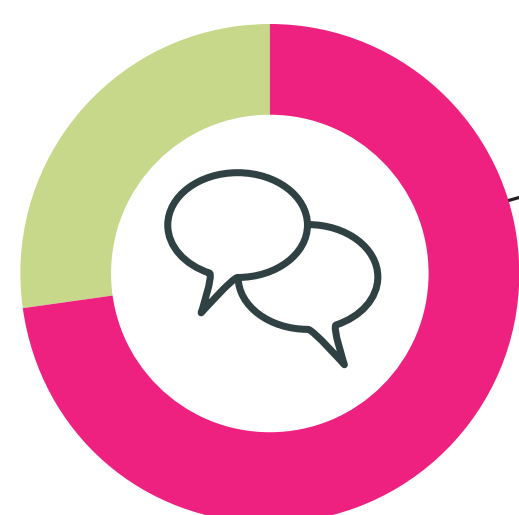
krijgt ooit te maken met een **angststoornis**.<sup>1</sup>



**28%**

krijgt ooit te maken met een **stemmingsstoornis** (bijvoorbeeld depressie of bipolaire stoornis).<sup>1</sup>

Een psychische aandoening komt veel voor. De meeste werkgevers hebben dus al lang **1 of meer mensen in dienst** die een psychische aandoening hebben, of hebben gehad.



**73%**

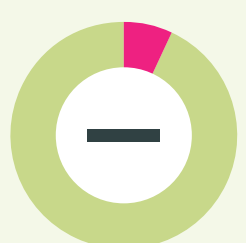
van de Nederlandse werknemers wil **open kunnen zijn over psychische problemen** en erover kunnen praten met zijn of haar leidinggevende.<sup>2</sup>



Maar is het slim om een **psychische aandoening** te bespreken tijdens een sollicitatie?

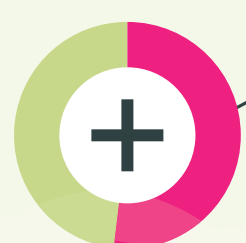
**Leidinggevenden zijn onder andere bang** dat een medewerker met psychische aandoeningen het werk niet aankan, of dat je niet op hem/haar kan rekenen.

Deze **angst** is gebaseerd op **vooroordelen**. Aan de leidinggevenden uit het onderzoek werd gevraagd naar concrete ervaring met medewerkers met een psychische aandoening:



**7%**

had **negatieve** ervaringen met medewerkers met een psychische aandoening.<sup>3</sup>



**52%**

had **positieve** ervaringen met medewerkers met een psychische aandoening.<sup>3</sup>



Door deze **vooroordelen** is het **niet altijd slim om tijdens een sollicitatie** te vertellen dat je een **psychische aandoening hebt** of hebt gehad.



Uit vervolgonderzoek blijkt: **bewuste keuzes bij het bespreken van psychische aandoeningen helpen bij het vinden én behouden van een baan**.<sup>3</sup>

Tilburg University deed onderzoek onder **670 leidinggevenden** in Nederland.



**64%**

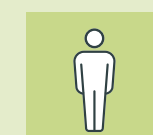
van de Nederlandse werkgevers zou **niet snel iemand aannemen** die een **psychische aandoening heeft**.<sup>3</sup>



**30%**

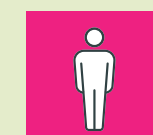
van de werkgevers zoekt ook **liever een andere kandidaat**, als de psychische aandoening al over is.<sup>3</sup>

Tilburg University deed onderzoek onder **153 werkzoekenden met een psychische aandoening** in Brabant. Ze werden verdeeld in 2 groepen:



**Controle groep:**

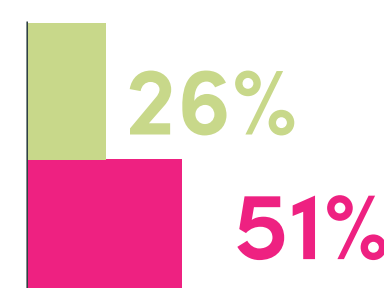
Kreeg **geén advies** over het wel of niet bespreken van psychische aandoeningen.



**Hulpgroep:**

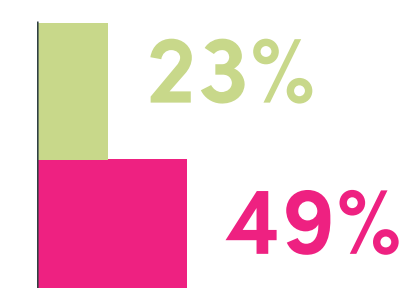
Kreeg **advies over de voor- en nadelen van openheid** over psychische aandoeningen. Ook werd gevraagd **na te denken over de eigen situatie** en wat ze **wel en niet wilden vertellen** over hun mentale gezondheid bij een sollicitatie.

Na 6 maanden:



Hadden mensen uit de hulpgroep **2 x zo vaak betaald werk gevonden**.<sup>3</sup>

Na 1 jaar:



Hadden mensen uit de hulpgroep **2 x zo vaak hun werk succesvol behouden**.<sup>3</sup>

**CORAL 2.0**<sup>4</sup> is een online keuzehulp die je vindt via Kenniscentrum Phrenos. Met deze online keuzehulp zet je de **voor- en nadelen** van openheid over een psychische aandoening op een rij en ontvang je tips.

## 1 Keuzes rond bespreekbaarheid

- Argumenten om open te zijn
- Argumenten om niet open te zijn
- Wat heb je nodig?
- Wat vind je belangrijk?

## 2 Mijn eigen situatie

- Wanneer wel of niet vertellen?
- Aan wie wel of niet vertellen?

## 3 Bewuste Keuze

- Samenvatting van de argumenten die voor jou belangrijk zijn
- Jouw eigen situatie
- Handige tips.

Je vind CORAL 2.0 via: [www.kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/doorontwikkeling-coral/](http://www.kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/doorontwikkeling-coral/)

Handige **tips**<sup>5</sup> bij het bespreken:

### 1 Waarom vertellen

Er zijn veel **vooroordelen** over psychische problemen. Als je klachten je werk niet beïnvloeden kan je beter terughoudend zijn met openheid.

### 2 Wanneer vertellen

Vooral bij **sollicitaties** is het goed om **voorzichtig** te zijn met openheid. Een beter moment is als je de werkgever kent en al een band heb opgebouwd.

### 3 Aan wie vertellen

Vertel het aan iemand die je **vertrouwt** en die je kan **helpen met wat je nodig hebt**. Bijvoorbeeld een leidinggevende of bedrijfsarts. Vertel het niet aan iedereen.

### 4 Wat vertellen

Benadruk **wat je nodig hebt om je werk goed te kunnen doen**. Wees terughoudend met medische informatie zoals je diagnose.

### 5 Hoe vertellen

Geef aan wat je **zelf gaat doen om je werk goed te kunnen doen en wat je nodig hebt**. Laat zien dat je ook begrip hebt voor de positie van je werkgever.

### 6 Bereid goed voor

Bedenk goed wat je **wel en niet wilt vertellen, aan wie, hoe en wanneer**. Bespreek of oefen het bijvoorbeeld eerst met een coach of vriend(in).

Bronnen:

- 1 Ten Have, M., Tuithof, M., van Dorsselaer, S., Schouten, F., de Graaf, R. *NEMESIS Kerncijfers psychische aandoeningen Samenvatting* <https://cijfers.trimbos.nl/nemesis/kerncijfers-psychische-aandoeningen/samenvatting-kerncijfers/>. Geraadpleegd op: 23 augustus 2023. Trimbo-instituut, Utrecht
- 2 Dewa CS, et al. *Workers' Decisions to Disclose a Mental Health Issue to Managers and the Consequences*. Front Psychiatry. 2021
- 3 Janssens KME et al. *Effectiveness of a Sigma Awareness Intervention on Reemployment of People with Mental Health Issues/Mental Illness: A Cluster Randomised Controlled Trial*. J Occup Rehabil. 2023
- 4 [www.kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/doorontwikkeling-coral/](http://www.kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/doorontwikkeling-coral/) Geraadpleegd op: 19 september 2023
- 5 Brouwers EPM, et al. *To Disclose or Not to Disclose: A Multi-stakeholder Focus Group Study on Mental Health Issues in the Work Environment*. J Occup Rehabil. 2020



Heb je een psychische aandoening én een **uitkering van het UWV** (bijvoorbeeld WIA, WAO of Wajong)? Dan zijn er mogelijk een aantal **voordelen en vergoedingen voor een werkgever die je aanneemt**. Meer informatie vind je op:

- [www.uwv.nl/werkgevers/werknemer-met-uitkering/](http://www.uwv.nl/werkgevers/werknemer-met-uitkering/)
- [www.regelhulpvoorbodrijven.nl/financieelcv/](http://www.regelhulpvoorbodrijven.nl/financieelcv/)