

## Duur en kosten

Ieder counsellingtraject is anders en persoonlijk. De duur en de kosten van jouw traject zijn afhankelijk van de problemen waarmee jij je meldt.

Veel zorgverzekeraars vergoeden de kosten van counselling (gedeeltelijk). **Bespreek het met je registercounselor of vraag het na bij je zorgverzekeraar.**

De werkgever biedt soms ook mogelijkheden om tegemoet te komen in de kosten. In bepaalde gevallen kun je gebruik maken van regelingen zoals reïntegratietrajecten (IRO), het Persoons Gebonden Budget (PGB), Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) of belastingaftrek.



***‘Samen stilstaan om vooruit te komen’***

## Jouw verhaal is veilig

Iedere registercounselor heeft **geheimhoudingsplicht**. Ook wanneer het counsellingtraject wordt vergoed door een derde partij, zoals een werkgever, wordt niets uit de gesprekken besproken **zonder jouw uitdrukkelijke toestemming**. Na het afsluiten van het traject blijft je dossier onder de geheimhoudingsplicht gewaarborgd.



## Meer weten over counselling?

Kijk op [www.abvc.nl](http://www.abvc.nl), de website van de Algemene Beroepsvereniging voor Counsellors (ABVC).



**Persoonlijke aandacht voor je probleem**

***Counselling helpt***



**Meer informatie? [www.abvc.nl](http://www.abvc.nl)**





***'Ik ben onzeker en ga sommige situaties uit de weg. Hoe word ik zelfverzekerder?'***

Als je met iets worstelt, heb je soms behoefte aan een goed gesprek van mens tot mens. Niet vrijblijvend, maar juist gericht op een uitkomst waarmee je verder kunt.

Bij counselling ga je samen met een **registercounselor** op zoek naar jouw manier om met het probleem om te gaan. Een **persoonlijke aanpak**, waarbij jij **centraal staat**.

## Counselling helpt!

Loop je vast in je werk, een vriendschap of je relatie? Heb je weinig energie en levenslust? Krijg je soms het gevoel dat alles je boven het hoofd groeit? Op welk vlak je ook worstelt, je kunt terecht bij een **registercounselor**. In gesprekken ga je samen op zoek naar **oplossingen** binnen jouw mogelijkheden. Zo vind je de balans in jezelf terug.



Counselors die aangesloten zijn bij de **Algemene Beroepsvereniging voor Counselling (ABvC)** noemen we **registercounselors**. Een registercounselor is **hbo- of universitair opgeleid**, voldoet aan hoge kwaliteitseisen en is gespecialiseerd in psychosociale en psychotherapeutische begeleiding. Een registercounselor ondersteunt en begeleidt je professioneel en persoonlijk bij moeilijke of pijnlijke situaties in je leven.



***'Ik ben zo ontzettend moe, maar slapen lukt nauwelijks'***

## Een registercounselor helpt bij...

- Overspannenheid en burn-out
- Emotionele problemen
- Chronische vermoeidheid
- Problemen op het werk
- Communicatieproblemen en conflicten
- Relatieproblemen
- Leermoeilijkheden
- Rouw en verlies
- Slaapproblemen en concentratieverlies
- Klachten van depressieve aard
- Vage lichamelijke klachten
- Opvoedingsproblemen
- Psychosociale ziekte begeleiding
- Levensvragen en zingeving