



### Aanleiding

Defensie verzorgt debriefings voor uitgezonden militairen. Dit is de eerste stap in de nazorg om mentaal en fysiek te kunnen herstellen van een intensieve periode. Jan Verschuren heeft mij gevraagd om langs die lijn na te denken over een aanpak die voor medewerkers in thuiszorg en verpleeghuizen werkt. In deze aanpak zet ik dat bondig uiteen. Eerst zal ik schetsen wie wij zijn en daarna hoe wij invulling willen geven aan de bovengenoemde vraag.

### Wie zijn wij

- **Vidacto** is een adviesbureau, bestaande uit arbeid- en organisatiepsychologen. Sinds 2006 helpt Vidacto organisaties op het vlak van trainingen, coaching, teamcoaching en assessments. Onze opdrachtgevers zitten in verschillende branches, zowel profit als non-profit. In de zorg werken wij onder andere voor Sensire, Pleyade, Zinzia, Bartiméus, Markenheem, Opella, DrieGasthuizenGroep, Sherpa, Azora, QuaRijn.
- **neuroCareGroup** is een psychologenpraktijk die vooral behandelingen verzorgt bij depressie, adhd, slaapproblemen en dwangklachten. neuroCare is sterk in het opstellen van gepersonaliseerde behandelplannen.
- **(10)(2e)** is psycholoog bij neuroCare. Eric heeft voordat hij psycholoog werd als militair gewerkt bij defensie. In die hoedanigheid is hij tweemaal op uitzending geweest naar Afghanistan en heeft daarna de debriefings doorlopen, waaraan hierboven gerefereerd wordt. In zijn praktijk ziet hij momenteel zorgmedewerkers als cliënten binnen komen. Eric behandelt op dit moment enkele zorgmedewerkers die kampen met mentale problemen, veroorzaakt door de druk die zij ervaren in de periode van de corona-crisis.
- **Noud van Hecke** is Partner/Consultant en mede-oprichter van Vidacto. Noud verzorgt dagelijks trainingen teamcoaching. De afgelopen jaren is hij zich gaan specialiseren in het thema loopbaanfitheid; wat moet je doen om vandaag met focus, energie en plezier te kunnen werken en hoe zorg je dat je op de korte en lange termijn werk houdt dat bij je past? Dit gaat over vitaliteitsvraagstukken in combinatie met schakelen op bijvoorbeeld maatschappelijke en technologische ontwikkelingen.

Vidacto en neuroCareGroup werken met elkaar samen op het snijvlak van klinische psychologie en a&o psychologie. Met name op het vlak van preventie. Door beide expertises te koppelen, helpen we organisaties om te voorkomen dat medewerkers onderuit gaan en versnellen we herstel en leren we mensen en teams om de weg 'van goed naar beter' weer op te kunnen pakken. We doen dit zowel voor groepen als op individuele basis.

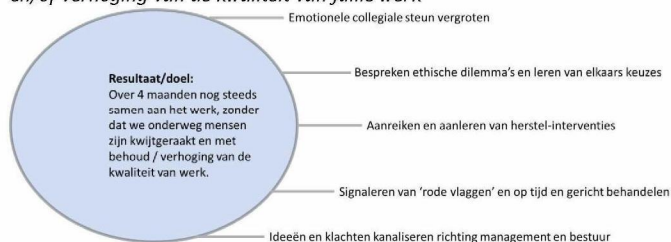




### Uitgangspunt / vraagstelling

Als uitgangspunt van de vraag voor de debriefing voor zorgmedewerkers houden wij ons de volgende vraag voor ogen;

*'hoe helpen we jullie als team zodanig, dat jullie over 4-5 maanden nog steeds samen aan het werk zijn, zonder dat jullie onderweg mensen zijn kwijtgeraakt en met behoud en/of verhoging van de kwaliteit van jullie werk'*



### Aanpak

Dat vraagt om een aanpak waarin collega's ervaringen en gevoelens kunnen delen en waarin ze met elkaar en van elkaar kunnen leren.

Belangrijk daarbij is om met elkaar dilemma's te kunnen delen. Dagelijks lopen zorgverleners tegen lastige – soms onmogelijke – keuzes aan. Het delen van die lastige keuzemomenten en het leren van elkaars ervaringen is belangrijk. Om er inhoudelijk van te kunnen leren en om elkaar te kunnen bekrachtigen in de 'onmogelijkheid' van sommige situaties en elkaar daarin constructief te steunen.

Daarnaast zorgen wij voor inzicht in wat er met je gebeurt als je onder extreme stress moet werken. In de basis komt dat neer op vechten, vluchten of bevriezen. Deze basismechanismen kennen meerdere verschijningsvormen. Deze bespreken we zodat medewerkers die bij hunzelf en elkaar beter leren herkennen.

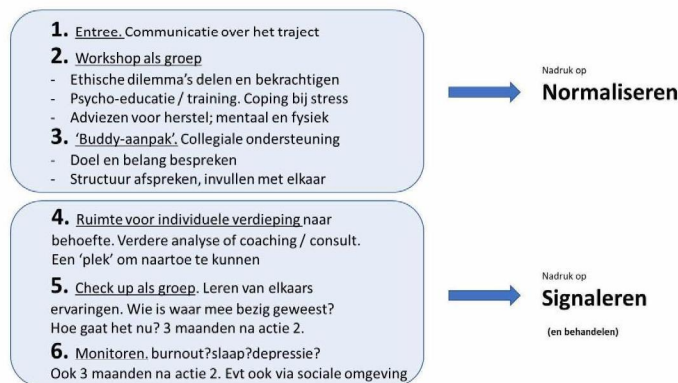
Het is in deze fase heel belangrijk om deze stressreacties te normaliseren met elkaar. Je werkt in een abnormale situatie. Daar hoort bij dat je daar op reageert volgens een of meerdere van deze mechanismes. Daar is niks gek aan. Als je dat inzicht hebt, dan kun je aan de slag met actief werken aan behoud van vitaliteit of het herstel er van. Dit willen we vooral door medewerkers zelf en als collega's mét elkaar laten oppakken.

Gaandeweg het traject hebben we ruimte voor verdieping bij signalen die vragen om meer aandacht en koppelen we anoniem en geaggregeerd terug naar de organisatie (HRM en management) wat we tegenkomen, zodat ook organisatieniveau vervolg gegeven kan worden.

Eric en ik geloven er in dat je met dit traject dichtbij de mensen en de teams moet zijn. In een workshop dus waarin je met elkaar bij elkaar bent om in gesprek te geraken. Uiteraard houden we ons in deze aan landelijke maatregelen en aan spelregels op organisatieniveau. Hoe we dat exact praktisch vorm kunnen geven, is onderwerp voor nader overleg.



In een proces ziet dat er als volgt uit:



Acties 2 en 5 zijn groepsmeetings, onder onze begeleiding.

Actie 3 is er op gericht om medewerkers elkaar te laten steunen en op elkaar te letten.

Actie 6 vraagt om het aanbieden van vragenlijsten / check-ups om in beeld te krijgen in welke mate bepaalde problematieken spelen bij medewerkers.

#### Koppeling naar de organisatie

Rondom acties 4,5 en 6 organiseren we de 'loop' met de HRM-teams en Managementteams in de betreffende organisaties om hen in staat te stellen om bevindingen (uiteraard anoniem en geaggregeerd) te kunnen gebruiken om op teamniveau of organisatieniveau de juiste (vervolg)interventies te kunnen plegen.

#### Evaluatie

We willen en kunnen snel schakelen om een pilot te verzorgen en vervolgens snel kunnen leren van de ervaringen. In de pilot willen we leren hoe we de geschetste aanpak kunnen schaven naar de meest optimale aanpak. Om dat te kunnen doen willen we gericht evalueren. Onder andere:

- Bruikbaarheid inzichten en adviezen
- Mate waarin medewerkers er in slagen om invulling te geven aan de acties
- Mate van herstel (progressie) dat medewerkers ervaren
- Ervaren steun vanuit buddy-aanpak
- Best practices buddy-aanpak
- En natuurlijk ook de effectiviteit van de trainers/facilitators

Noud van Hecke  
Partner/Consultant  
Vidacto B.V.