

Druk op de zorgsector blijft groot. Innovatief project verleent psychologische ondersteuning via deZorgSamen.be

De druk op de zorgsector blijft hoog. Dat blijkt uit de resultaten van de laatste POWER TO CARE enquête die peilt naar het psychisch welbevinden van zorg- en welzijnspersoneel tijdens de COVID-19-pandemie in België. De meest recente bevraging vond plaats in maart, waaraan 1.678 Vlamingen deelnamen. Uit de resultaten blijkt dat de afgelopen maanden geen ruimte boden om op adem te komen. De stressniveaus worden permanent chronisch wat het risico op langdurige uitval sterk verhoogt. Via de online Zorgscreeener, het resultaat van een sterk en innovatief partnerschap, brengen we daarom [psychologische ondersteuning binnen handbereik](#).

Impact op psychisch welbevinden blijft groot

Eén jaar corona laat zich voelen bij het personeel in zorg en welzijn. Om de impact van Covid-19 op de psychische reacties te meten, bevroagt POWER TO CARE de persoonlijke psychische reacties zoals stress, vermoeidheid, flashbacks, hyperalertheid enz. Elke deelnemer gaf een score van 0 (nooit last van) tot 10 (altijd last van) voor zowel de afgelopen week als onder normale omstandigheden (*figuur 1*).

Symptomen die wijzen op acute stress blijven zorgwekkend: 18% geeft aan last te hebben van flashbacks, 14% van angst en 33% van hyperalertheid. Wat vooral zorgen baart, is dat symptomen die wijzen op chronische stress hoog blijven. 58% van de deelnemers geeft aan dat ze zich vermoeid voelen, 44% heeft moeite om zich te ontspannen en 29% heeft last van concentratiestoornissen.

Concentratiestoornissen brengen de kwaliteit van zorg in gevaar en kunnen leiden tot een hoger risico op het maken van medische fouten.

Sociale steun als beschermende factor

Uit de POWER TO CARE-enquête blijkt dat zorgmedewerkers bij hun partner, collega en vrienden de meeste sociale steun vinden.

Bijna één op vier (23%) geeft aan nood te hebben aan een gesprek met een professionele hulpverlener of psycholoog, terwijl slechts één op tien aangeeft al een gesprek hiermee gehad te hebben. Het ervaren van sociale steun is een belangrijke beschermende factor in het vermijden van uitval of burn-out, iets wat absolute prioriteit moet krijgen om de zorgverlening ook in de komende maanden te kunnen garanderen.

Psychologische ondersteuning via deZorgSamen.be

Daarbij is een én én-aanpak noodzakelijk. Directe collega's en leidinggevenden spelen een cruciale rol in preventie en eerste opvang. Naast die collectieve aanpak, is een individueel aanbod eveneens belangrijk: zorgverleners of welzijnswerkers en hun leidinggevenden die willen screenen of ze nood hebben aan psychologische ondersteuning, kunnen gebruik maken van de [Zorgscreeener](#), een korte vragenlijst van www.dezorgsamen.be. De ZorgSamen is een platform dat inzet op het vergroten van veerkracht bij zorgverleners en welzijnswerkers.

De Zorgscreeener peilt met enkele vragen naar de gedachten en gevoelens van de zorgverlener. Invullen duurt slechts enkele minuten en de gegevens worden anoniem verwerkt. De screener geeft aan of het nuttig is om een gesprek te hebben met een andere zorgprofessional. De screener geeft niet alleen

melding bij duidelijke signalen van overbelasting, maar biedt ook de vrijblijvende keuze aan om gecontacteerd te worden voor een gesprek. Dit gebeurt binnen de drie werkdagen.

Dankzij een sterk en innovatief partnerschap staat een breed beschikbaar aanbod van psychologische ondersteuning ter beschikking. Ontwikkeld onder impuls van de Vlaamse overheid gaan de externe diensten voor preventie en bescherming op het werk, in eerste instantie, het eerste gesprek aan met de zorgvrager. Ze bieden tevens ondersteuning bij werk-gerelateerde hulpvragen. Indien nodig, bieden geconventioneerde klinische eerstelijnspsychologen en –orthopedagogen basispsychologische begeleiding. De Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg staan klaar met een ondersteunend aanbod van gespecialiseerde hulp bij de meer complexe problemen. Zo komt psychologische ondersteuning voor onze zorgverleners binnen handbereik, dit dichtbij huis, zonder wachttijden.

De Zorgscreener is te vinden via www.dezorgsamen.be, klik door naar 'hulp gezocht'. De opmaak en inhoud van de Zorgscreener kwamen tot stand door de divisie Psychodiagnostiek van de VVKP met steun van de Vlaamse Overheid. Zorgnet-Icuro en Te Gek!? ondersteunden de ontwikkeling.

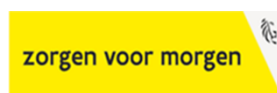
De ZorgSamen: Nina De Paepe, Steunpunt Geestelijke Gezondheid/ Te Gek!?: 0468 03 76 66
nina@steunpuntgg.be

Coördinatie POWER TO CARE: Bart Peeters, Sciensano: Bart.Peeters@sciensano.be

Informatie over het psychologische ondersteuningsaanbod: Lode Godderis, professor Arbeidsgeneeskunde KU Leuven, lid van de GEMS: 016 390 500 Lode.Godderis@idewe.be

Eerstelijnspsychologen: Sarah Morsink, FOD Volksgezondheid: 0496 14 73 00
sarah.morsink@health.fgov.be

Meer informatie: <https://www.sciensano.be/nl/pershoek>



Figuur 1: professionele symptomen april 2020 – maart 2021

