

## Voorstellen voor maatregelen tegen psychisch leed in verband met onlangs gepubliceerde studies.

### (Burn-out/PTSD)

Het is van fundamenteel belang om te werken aan psychologische nood, zowel preventief als curatief, in alle sectoren en op een gecoördineerde manier tussen de verschillende gefedereerde entiteiten en agentschappen.

We zijn ons er terdege van bewust dat we niet tegelijkertijd aan de verschillende voorstellen kunnen werken, maar ze moeten deel uitmaken van een gecoördineerd plan op korte, middellange en lange termijn.

#### **1. Adequate (kwaliteit en naleving) en voldoende materialen, geneesmiddelen**

- Bijzondere aandacht moet worden besteed aan het juiste gebruik ervan. (Procedures en opleiding)

#### **2. Emotionele belasting, zowel institutioneel als individueel**

- Follow-up en psychologische ondersteuning in alle sectoren (erkend, gefinancierd en verplicht) via twee invalshoeken:
  - Team debriefing (begeleid door een professioneel – via intervisie) gericht op:
    - crisismanagement (angst, verandering van opdracht...),
    - het potentiële verlies van referentiepunten,
    - Begeleiding bij verandering (Waarden en betekenis - Aanvaarding om de normale activiteit te hervatten - Plaats van de patiënt),
    - het op zich nemen van nieuwe verantwoordelijkheden zonder te worden opgeleid,
    - onzekerheid.
  - Individuele debriefing
- Definitie en uitvoering van een post-crisis opleidingsbeleid voor de verschillende managers en identificatie van de tekenen van burn-out.
  - Adequate hulpmiddelen
- Definitie en implementatie van een bedrijfsgeneeskundig ondersteuningsbeleid in samenwerking met management en managers.
- Definitie en uitvoering van een opleidingsbeleid voor de preventie van burn-out, stressmanagement en het omgaan met veeleisende patiënten
- Definitie en uitvoering van een wetenschappelijk monitoringbeleid (UCLouvain - ULB - UZA) met een verpleegkundige en transversale werkgroep.

- Definitie en uitvoering van bewustmakingscampagnes over burn-out en de bevordering van een gezonde levensstijl.
- 3. Werklast**
- Definitie van normen met betrekking tot het beheer van Covid-patiënten (Covid/Non-Covid en post-covid cohabitatie voor instellingen voor middellang en lang verblijf)
  - Voorbereiding op een tweede golf - Behoud van verworven vaardigheden
- 4. Uurroostering, beheer van werktijden en werkzekerheid**
- Definitie en uitvoering van een beleid om de werkgelegenheid en de sociale wetgeving veilig te stellen met betrekking tot de uitgevoerde aanpassingen van de werktijden.
  - Overwerk, uitstel van verlof
  - Valorisatie en waardering van flexibiliteit en risico
  - Behoud van een aangepast personeelsbeleid: (autonomie, opleiding, betrokkenheid en plaats van verpleegkundigen in organisaties - Arbeidswetgeving, herwaardering van het salaris op basis van vaardigheden en diploma)
- 5. Duidelijke en coherente communicatie tussen de verschillende entiteiten en dit voor de verschillende sectoren**
- Onzekerheid verminderen & het gevoel van te kunnen anticiperen vergroten.
  - Herstellen van het vertrouwen.
- 6. Overleg, betrokkenheid van verpleegkundigen bij de besluitvorming en bij officiële instanties om te zorgen voor een consistente communicatie met de beroepsgroep**
- Correcte vertegenwoordiging in de verschillende officiële instanties
  - Oprichting van een transversale verpleegkundige wetenschappelijke raad
- 7. Het aanbieden van positieve vooruitzichten op middellange en lange termijn (Memorandum 2019 van de beroepsgroep)**
- Het geven van aandacht, erkenning en middelen die aangepast zijn aan de realiteit van ons beroep.
  - Het geven van een realistische en aantrekkelijke visie op het beroep.
  - Het coachen van studenten in de keuze van hun beroep of specialisatie.
- 8. Erkenning van Burn Out en COVID-gerelateerd posttraumatisch syndroom als beroepsziekte.**
- Zorgen voor de financiering van de therapeutische follow-up
- 9. Versterking van de samenwerking tussen de verschillende structuren**
- Opvang- en accommodatiestructuren, thuiszorg, ziekenhuizen, ...