

1802

Nascholingsbijeenkomst

Werkstress bestaat niet, je kunt het wel creëren

Doelgroep: bedrijfsarts en GZ-psycholoog

Groepsgrootte: 50 tot 100 deelnemers

Thema

Werkstress als beroepsziekte nummer 1 is en blijft een belangrijk thema.

De sprekers benaderen dit thema vanuit hun eigen moderne behandelmethodes:

- Spreker Robèrt Vendelbosch (GZ-psycholoog) bekijkt werkstress vanuit een gedragstherapeutische invalshoek. De lezing verdiept de stelling: “werkstress heeft altijd te maken met onverwerkte gebeurtenissen uit het verleden”. De onverwerkte gebeurtenissen (ook trauma’s) werken door in het heden en zijn van invloed op hoe wordt omgegaan met stressvolle situaties, veranderingen en onverwachtse gebeurtenissen in het heden. De aanpak daarbij van de GZ-psycholoog: door een check/intake wordt al snel blootgelegd hoe een individu zich hecht aan mensen in zijn/haar omgeving en welke onverwerkte gebeurtenissen van invloed zijn op hoe, wanneer en in welke mate stress wordt ervaren. Vervolgens wordt de behandeling gestart: CGT en /of EMDR om vervolgens succesvol te kunnen re-integreren. Robèrt Vendelbosch neemt de toehoorder ook mee in HOE zijn aanpak en methode op arbeids- en organisatorisch vlak richting werkgever gecommuniceerd en geadviseerd kan worden. Waarbij hij benadrukt dat ook een werkgever overtuigd moet worden dat deze problematiek bij de wortels aangepakt moet worden in de behandeling, zodat vervolgens succesvol de re-integratie gestart kan worden.
- Spreker Prof. dr. Willem van Rhenen (bedrijfsarts) gaat in zijn gedeelte dieper in op de stelling ‘werkstress bestaat niet, je kunt het wel creëren’. Willem van Rhenen benadrukt dat niet de het takenpakket of de hoeveelheid werk direct zorgt voor stress, maar het gebrek aan hulpbronnen zoals bijvoorbeeld autonomie. Ook speelt gebrek aan steun van leidinggevend en/of collega’s, een belangrijke rol. Op deze factoren hebben managers directe invloed. Daarnaast is het een belangrijk dat medewerkers ook beschikken over persoonlijke en thuis-resources om te kunnen omgaan met de hoeveelheid werk. Willem van Rhenen gaat in op deze resources.
- In het derde gedeelte van het inhoudelijk programma wordt casuïstiek uit de zaal besproken en behandeld vanuit het perspectief van zowel de GZ-psycholoog als de bedrijfsartsen. Zo wordt er geleerd van elkaars benadering, aanpak en visies en vindt kruisbestuiving tussen beide disciplines plaats met een breder kader bij de signalering, diagnostisering en behandeling van werkstress in de praktijk tot gevolg.

Na afloop zijn de professionals in staat om vanuit een ander perspectief naar de stress problematiek te kijken en praktisch met dit onderwerp aan de slag te gaan.

Gebruikmakend van het inzicht van zowel GZ-psycholoog als bedrijfsarts.

GZ-psycholoog: deelnemers krijgen inzicht in weeffouten en (traumatische) gebeurtenissen (uit verleden) die bepalen hoe wordt omgegaan met (werk)stress in het heden. Belangrijk leerpunt is: eerst op zoek naar het trauma, vervolgens behandelen, dan re-integreren. Of in termen van een metafoor: wanneer je het onkruid niet met de wortel verwijderd, komt het terug en blijft het probleem bestaan. Dit is ook belangrijk om mee te nemen als advies richting werkgever.

De bedrijfsarts gaat in op hoe je (mentale) veerkracht vergroot door het bieden de juiste hulpbronnen én andere factoren die van invloed zijn op hoe stress wordt ervaren (zie bovenstaand). Deelnemers weten om te gaan met het Job Demands Resources model en het Work-Home Resources model. Dit helpt professionals veel nadrukkelijker te analyseren welke hulpbronnen er ontbreken in bepaalde situaties en wat dus een adequate aanpak kan zijn. Maar bovenal zullen GZ-psycholoog en bedrijfsarts elkaars domeinen leren kennen en deze kennis kunnen inzetten bij de aanpak van stress en het voorkomen ervan.

Programma

- **14.00 uur – 15.00 uur** Deel 1: presentatie Willem van Rhenen. Werkdruk bestaat niet... Maar je kunt het wel creëren!
- **15.00 uur – 16.00 uur** Deel 2: presentatie Robert Vendelbosch: werkdruk komt altijd door onverwerkte gebeurtenissen uit het verleden.
- **16.15 – 17.15 uur** Deel 3: bespreken casuïstiek vanuit de zaal.

Leerdoelen

Na afloop van de nascholing weet de deelnemer:

- Welk belang hechting heeft bij ervaren stress in het heden
- Welke onverwerkte gebeurtenissen (ook trauma's) doorwerken in het heden en van invloed zijn op actuele stressvolle situaties.
- Op welke wijze hechtingsproblemen en/of onverwerkte traumatische gebeurtenissen in kaart gebracht kunnen worden
- Welke oplossingen toegepast kunnen worden om de vaak diepgewortelde weeffouten of gebeurtenissen die van invloed zijn op het heden te behandelen.
- Inzicht in toepassing en effectiviteit van EMDR en CGT.
- Het belang van eerst behandelen, dan re-integratie starten bij traumatische gebeurtenissen.
- Welke factoren van belang zijn bij stress vanuit het JDR model en het WHR model.
- Welke hulpbronnen/resources van belang zijn bij ervaren stress en welke rol zij spelen om iemand fit for the job te krijgen en te houden.
- Wat er in de werksituatie gebeurt als resources ontbreken. En waarom het belangrijk is dat deze resources worden aangeboden.
- Hoe je adviseert richting werkgever(s) bij ervaren werkstress.

Docenten/sprekers

1. Prof. dr. Willem van Rhenen is praktiserend bedrijfsarts en Chief Health Officer Raad van Bestuur van Arbo Unie, daarnaast is hij hoogleraar Engagement & Productivity aan Nyenrode en is (co-) auteur van talrijke wetenschappelijke artikelen. De heer

2. Robert Vendelbosch is senior GZ-psycholoog bij Arbo Unie en daarnaast Cognitief gedrags-/EMDR therapeut. Daarnaast is de heer Vendelbosch Postmaster docent Cognitieve Gedragstherapie, Forta Groep, Rotterdam en Utrecht en in het verleden werkzaam geweest als HBO Docent Toegepaste Psychologie (vakken Biologische Psychologie, Klinische psychologie I, II en III, Psychologisch onderzoek, Ontwikkelingspsychologie en -pathologie).

Zowel Willem van Rhenen als Robèrt Vendelbosch doceren over het onderwerp werkstress.

Werkvorm

De nascholing zal worden uitgevoerd met een Lezing (duo presentatie) en interactief gedeelte met de zaal met ingebrachte casuïstiek

Planning en locatie

tijden: 13.30 – 18.00 uur

1. 23 mei 2018, Mercure hotel te Zwolle
2. 8 juni 2018, High Tech Campus te Eindhoven
3. 10 oktober 2018, Brabanthallen te Utrecht

Literatuur

Presentaties worden nagestuurd aan de deelnemers