|  |
| --- |
|  |
| Programmablad  **Cursus Psychisch verzuim en mentale weerbaarheid**  Hoe analyseer en beïnvloed ik dit? |
| 17-7-2020/20-07/T110 |
| Truus van Amerongen  Dean *my-*academy HumanTotalCare/directeur medische zaken ArboNed/bedrijfsarts  HumanCapitalCare  truus.van.amerongen.leertouwer@arboned.nl  06 51758413  Zwarte Woud 10  3524 SJ Utrecht  Postbus 85091  3508 AB Utrecht |

Extern logo

Inhoudsopgave

1. Cursus: Psychisch Verzuim en Mentale Weerbaarheid Hoe analyseer en beïnvloed ik dat? 3

1.1 Achtergronden en leerdoelen 3

1.2 Leerdoelen 4

1.3 Doelgroep 4

1.4 Literatuur 4

1.5 Toetsing 5

1.6 Competenties (i.v.m. Accreditatie) 5

1.7 Organisatie- en Programmacommissie 5

1.8 Aantal deelnemers 5

1.9 Planning 5

2. Docenten 6

3. Programma 8

.

1. Cursus: Psychisch Verzuim en  
   Mentale Weerbaarheid  
   Hoe analyseer en beïnvloed ik dat?

* 1. Achtergronden en leerdoelen

Uit onderzoek blijkt dat bedrijfsartsen het gebruik van richtlijnen onderschrijven, maar dat ze weinig elementen uit richtlijnen structureel toepassen. Zij geven als redenen daarvoor aan dat veel situaties in hun praktijk afwijken in wat in richtlijnen eenduidig beschreven wordt en dat hun werksituatie (drukte, wensen van klanten etc.) hun beperkt in het toepassen van de richtlijnen. Dit geldt ook voor begeleiding van psychische klachten, inmiddels de belangrijkste oorzaak van WIA-instroom. Daar waar de Wet verbetering poortwachter nog stimulerend werkt om richtlijnen voor psychische klachten toe te passen, wordt er nog minder gedaan aan terugvalpreventie, preventie en versterking van mentale weerbaarheid. Hier liggen kansen omdat werkactiviteiten met mentale belasting steeds meer toenemen en tegelijk werkactiviteiten met fysieke belasting afnemen, waardoor mentaal belastende werkactiviteiten het belangrijkst zijn geworden. Tevens moet dit langer worden volgehouden i.v.m. opschuiven van de pensioenleeftijd.

Insteek van deze training is om de kennis van de cursisten over psychische klachten, SOLK en mentale weerbaarheid te verbreden. De procescontingente conform de richtlijn NVAB staat centraal en wordt verbreed naar terugvalpreventie, aan de hand van recent onderzoek naar predictiemodellen. Naar aanleiding van moderne inzichten uit de organisatiepsychologie over mentale hulpbronnen (werkgebonden: JDR-model en capability-approach, persoonsgebonden: hoop, optimisme, veerkracht en self-efficacy), uit de psychologie (broaden and buildmodel, oplossingsgerichte benadering), uit de psychiatrie (veerkracht, posttraumatische groei) en uit de neuropsychologie (rol prefrontale cortex, limbisch systeem) worden elementen aangereikt die bedrijfsartsen in hun begeleiding en werkgeversvoorlichting kunnen gebruiken. Het accent ligt op het geleerde narratief kunnen toepassen (herkennen in het verhaal van de werknemer, psycho-educatie).

Naast kennis wordt er in de training ook gewerkt aan competenties en attitude. Centraal staat het model met 4 beïnvloedingsstijlen: aansporen (stelling nemen), overtuigen (argumenteren), onderzoeken (LSD) en inspireren (perspectief bieden). Dit wordt gekoppeld aan het spiraalmodel (Hoedeman) wat behulpzaam is om werknemers die dreigen burn-out te raken te helpen, dan wel werknemers die preventief om hulp vragen qua mentale weerbaarheid te versterken.

In afgeleide vorm is deze kennis ook van toepassing voor arboverpleegkundigen die in de verzuimbegeleiding worden ingezet. Bij psychisch verzuim worden werknemers snel uitgenodigd voor het spreekuur. Bij sommige klanten is bij contract afgesproken dat de arboverpleegkundige het eerste spreekuur doet. Om te zorgen dat zij adequaat acteren op psychische verzuim wordt deze training ook apart aan arboverpleegkundigen aangeboden.

* 1. Leerdoelen
* De cursist kent de 3 fasen van procescontingente begeleiding bij psychische klachten en wat adequate interventies per procesfase zijn
* De cursist kent de 3 stappen van de beslisboom uit de MDR SOLK en wat stepped care bij SOLK inhoudt.
* De cursist kan benoemen wat mentale weerbaarheid is, wat de rol is van werk- en persoonsgebonden hulpbronnen is en wat determinanten van deze hulpbronnen zijn.
* De cursist kan anamnestisch herleiden wat persoonsgebonden kwetsbaarheden en hulpbronnen zijn en wat adviezen zijn die bijdragen tot hantering van persoonsgebonden kwetsbaarheden en versterking van persoonsgebonden hulpbronnen (psycho-educatie, counseling, oplossingsgerichte benadering)
* De cursist kan werknemer en leidinggevende adviseren over de reductie van werkgebonden stressoren en versterking van werkgebonden hulpbronnen.
* De cursist weet wat de capability approach (CA) is, welke arbeidsgebonden waarden de meest voorkomende zijn en kan werknemer en werkgever adviseren over de realisatie van arbeidsgebonden waarden.
* De cursist weet wat de belangrijkste beïnvloedingstijlen zijn en welke voorkeurstijl hij/zij zelf heeft.
* De cursist leert door oefenen met de trainingsacteur de beïnvloedingsstijlen gerichter toe te passen in consulten.
  1. Doelgroep

Deze training wordt georganiseerd voor zowel groepen bedrijfsartsen als groepen arboverpleegkundigen en casemanagers ROV.

* 1. Literatuur
* CBO en Trimbos. Multidisciplinaire richtlijn somatoforme stoornissen en SOLK. Utrecht. 2010.
* Hoedeman R, Blankenstein AH, Krol B, Koopmans PC, Groothoff JW. The contribution of high levels of somatic symptom severity to sickness absence duration, disability and discharge. J Occup Rehabil 2010;30:264-273.
* Hoedeman R., Blankenstein A.H., van der Feltz-Cornelis C.M., Krol B., Groothoff J.J.W. Consultation letters for medically unexplained physical symptoms. Cochrane Database of Systematic Reviews 2010 Dec 8: CD006524. Review.
* Hoedeman R. De spiraaltheorie: brug tussen psychische ziekte en mentale gezondheid. Tijdschr Bedrijfs Verzekeringsgeneesk 2013:21:211-215.
* Hoedeman R. Zijn er teveel stressoren of te weinig hulpbronnen? Tijdschr Bedrijfs Verzekeringsgeneesk 2014;22:162-166.
  1. Toetsing

Voor aanvang van de cursus vindt een toetsing plaats. Als voorbereiding op dagdeel 1 neemt de cursist kennis van het materiaal m.b.t. richtlijnen voor psychische klachten en SOLK en legt hier een toets over af.

* 1. Competenties (i.v.m. Accreditatie)
* Communicatie 40%
* Samenwerking 20%
* Professionaliteit en Kwaliteit 40%
  1. Organisatie- en Programmacommissie

|  |  |
| --- | --- |
| * Truus van Amerongen | Directeur medische zaken ArboNed; bedrijfsarts HumanCapitalCare; Dean my-academy HumanTotalCare; arts A&G bedrijfsarts; BIG-nummer: 89022421401 |
| * Claartje van de Ben | Bedrijfsarts HumanCapitalCare |
| * Nicole Heuts | Bedrijfsarts HumanCapitalCare |

* 1. Aantal deelnemers

Het beoogd aantal deelnemers per sessie is 15.

* 1. Planning

De cursus die bestaat uit 2 dagdelen staat gepland voor 7-10-2020 en 28-10-2020. Daarna zullen er in 2020 en 2021 nog meer gepland worden.

1. Docenten

Als docenten bij deze training treden op:

* Nicole Heuts; bedrijfsarts
* Claartje van de Ben; bedrijfsarts
* Angele Pelasula (trainingsacteur)

**Achtergrondinformatie docenten:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nicole Heuts** | Bedrijfsarts HumanCapitalCare  Naast diverse andere nascholingen heeft zij in verband met affiniteit met mentale belastbaarheid de opleiding Strategische Coaching gevolgd, gericht op het coachen van persoonlijke groei en ontwikkeling, verbeteren van zelfinzicht en het vermogen succesfactoren te ontwikkelen. Daarnaast de trainingL Problem Solving Treatment bij depressieve patienten |
| **Claartje van de Ben** | Bedrijfsarts HumanCapitalCare Zij is aan het promoveren aan de Universiteit Groningen op psychische klachten |
| **Angele Pelasula** | Zij is werkzaam als trainingsacteur |

Per cursus wisselen de bedrijfsarts-docenten elkaar af.

1. Programma

Het programma ziet er als volgt uit:

|  |  |
| --- | --- |
| **Dagdeel 1** | **Docenten: Nicole Heuts en/of Claartje van de Ben** |
| **Tijden** | **Programmaonderdeel** |
|  | Als voorbereiding op dagdeel 1 neemt de cursist kennis van het materiaal m.b.t. richtlijnen voor psychische klachten en SOLK en legt hier een toets over af. |
| **12:45 – 13:00 uur** | Ontvangst en Inleiding |
| **13:00 – 14:30 uur** | MFA, procescontingente begeleiding conform richtlijn NVAB, predictiemodellen en terugvalpreventie |
| **14:30 - 14:45 uur** | Pauze |
| **14:45 – 16:30 uur** | JDR- en spiraalmodel als instrument om psychisch verzuim te beperken en mentale weerbaarheid te bevorderen |
| **16:30 – 17:00 uur** | Voorbereiden ‘frictiecasus’ (stagnatie in de begeleiding) |
| **17:00 - 17:15 uur** | Evaluatie en afsluiting |

|  |  |
| --- | --- |
| **Dagdeel 2** | **Docenten: Een van de drie docenten / Trainingsacteur** |
| **Tijden** | **Programmaonderdeel** |
| **12:45 - 13:00 uur** | Ontvangst en Inleiding |
| **13:00 – 14:00 uur** | Oorzaken van stagnerende re-integratie bij psychisch verzuim. Theorie van begeleiding door de bedrijfsarts volgens de principes van positieve psychologie en oplossingsgerichte begeleiding gekoppeld aan de procescontingente begeleiding conform richtlijn NVAB. |
| **14:00 - 14:30 uur** | Theorie beïnvloedingsstijlen, aansporen, onderzoeken, beïnvloeden en inspireren |
| **14:30 – 14:45 uur** | Pauze |
| **15:45 - 17:15 uur** | Demo’s actrice en oefenen in subgroepen |
| **17:15 - 17:30 uur** | Evalueren en benoemen aandachtspunten voor de praktijk |