



ARTS  
IN  
NOOD

VERTROUWEN  
KENNIS  
HULP



ARTS  
IN  
NOOD

BEST PRACTICES NHS LONDON  
OCT. 4-5 2018



# THE WELL-TRAINED PHYSICIANS SUBCONSCIOUS CONDITIONING\*

\* Michael Myers – USA, presentation NHS conference London Oct 5th 2018

WORKAHOLIC  
SUPERHERO  
EMOTION FREE  
LONE RANGER  
PERFECTIONIST



“The patient comes first”  
“Never show weakness or  
you will be stigmatised”

TOXIC WORKPLACE CULTURE

Denies our humanity

Blocks us from noticing burnout and from helping each other

Induces a feeling of shame and guilt when needing help

Refrains from challenging the system and drives into “learned helplessness”

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

### ■ **Community building\***:

- Intervisiegroepen
- Sociale activiteiten
- Peer support programma's
  - Beth Israel Deaconess Medical Center & Harvard Medical school:
    - jaarlijkse afvloeiing daalde van 12% naar 5 %
    - artsen erkennen zonder schaamte hun kwetsbaarheid en hun nood aan authentieke verbinding
- Regelmatige full staff meetings op grond van gelijkheid

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- **Inhouse dedicated medical student mental health care team at University of Pittsburgh School of Medicine\***
  - Geleid door psychiater (30% salary support)
  - Full-time psycholoog (100% salary support)
  - 560 medische studenten en 360 gediplomeerden
  - Introductie in eerste jaar van de studies + frequente communicatie over het programma naar de studenten

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- **Schwartz Rounds:** gelegenheid om emotionele ervaringen/reflecties (geen case besprekingen!) tijdens de opleiding te delen
  - in voorlaatste jaar van de basisopleiding
  - 10 cyclussen op 2 jaar met ervaren begeleider/facilitator
  - Vrije toegang, 50 à 60 studenten/cyclus
  - 200£ kost/cyclus (incl. research)
  - Studenten leren emoties (h)erkennen, valideren, bespreken, normaliseren
  - Studenten leren zich kwetsbaar op te stellen, ook naar elkaar toe
- Deelnemers veerkrachtiger na de rondes dan niet-deelnemers en meer geneigd tot samenwerken en delen van eigen kwetsbaarheden en opmerken/bespreken van kwetsbaarheid van collega's

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- **Safemed:** <http://bit.ly/SAFEMED>;
  - ‘Evidence-based well-being and performance program’ dat is ontwikkeld om stress te managen, burn-out te voorkomen en de artsen gezond te houden
  - Inhoud
    - Introductie van het *SAFEMED*-model
    - Bevorderen van Gezondheid (‘Stress Inoculation program’), Welzijn en Veerkracht
    - Middelen verstrekken om het model en zijn werkinstrumenten te leren gebruiken
    - Leren focussen op preventie via gepersonaliseerde zelfzorg en zelf-support plannen
  - Verplicht programma tijdens de medische opleiding (eerste en 2 laatste jaren)
  - Ondersteund door Safemed handboek

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

### ■ Safemed (vervolg)

#### ■ Stress Inoculation program (SIT)

- Assessment and Conceptualization of Stress (online):
  - 1u online assessment
  - 2u instructieve module
- Coping Skills Acquisition
  - 3u klassikale training, ondersteund door een werkboek en online hulpbronnen
- Application/ Exposure
  - Studenten doen dit zelf tijdens hun vrije uren
  - Via 'real-time, real-life practice'. Ook ondersteund door het werkboek en online hulpbronnen



# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- Norwich Medical School\*: **persoonlijk intakegesprek**
  - Elke student mag persoonlijk gesprek aanvragen met 1 van de 4 senior advisers
  - 415 op 1000 studenten kregen gesprek
  - Topic = CARA : context-ability-resources-aspirations
    - Student krijgt meer inzicht in zichzelf
    - Student voelt zich sterker (empowered)
    - Er kan worden bijgestuurd waar nodig (coaching)
    - Student voelt zich minder geïsoleerd

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- **Swansey University\*: 8 groepssessies ter voorbereiding van klinische praktijk (in eerste klinische jaar)**
  - Self-care – work and life
  - Personal / professional difficulties (relationships, financial etc.)
  - Dealing with uncertainty, risk management
  - “Mistakes” (GMC investigation, Coroner’s Court attendance etc.)
  - Need for peer / mentor support
  - Illness (physical / mental)
  - Professional development and competence
  - Failure to progress (exams, workplace-based assessments etc.)

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- **Swansey University\*: Reflective writing opdracht**
  - Na elke 6-weekse stageperiode
  - 6x over 4 jaar
  - Gelezen en beantwoord door faculteitslid
  - Geen score/oordeel aan verbonden
  
- **Swansey University\*: Balint groepen emotionele situaties**
  - 11 groepen, 1x/week
  - 6 tot 8 studenten per groep
  - Onder leiding van psychotherapeut
  - Mogen case brengen → erover reflecteren
  - Mogelijkheid tot individuele begeleiding gedurende 1j

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

- University of Buckingham Medical School\*: **‘Mental Health Literacy’ course**
  - (h)erkennen
  - Kennis: info opzoeken, risicofactoren, oorzaken, aanpak (bij zichzelf), professionele hulpkanalen
  - Attitudes die herkenning en hulpvragen bevorderen
  
- Belangrijk: de mensen die de ondersteuning bieden mogen zelf niets met de opleiding/evaluatie te maken hebben



ARTS  
IN  
NOOD

# BEST PRACTICES NETHERLANDS

2018



# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices

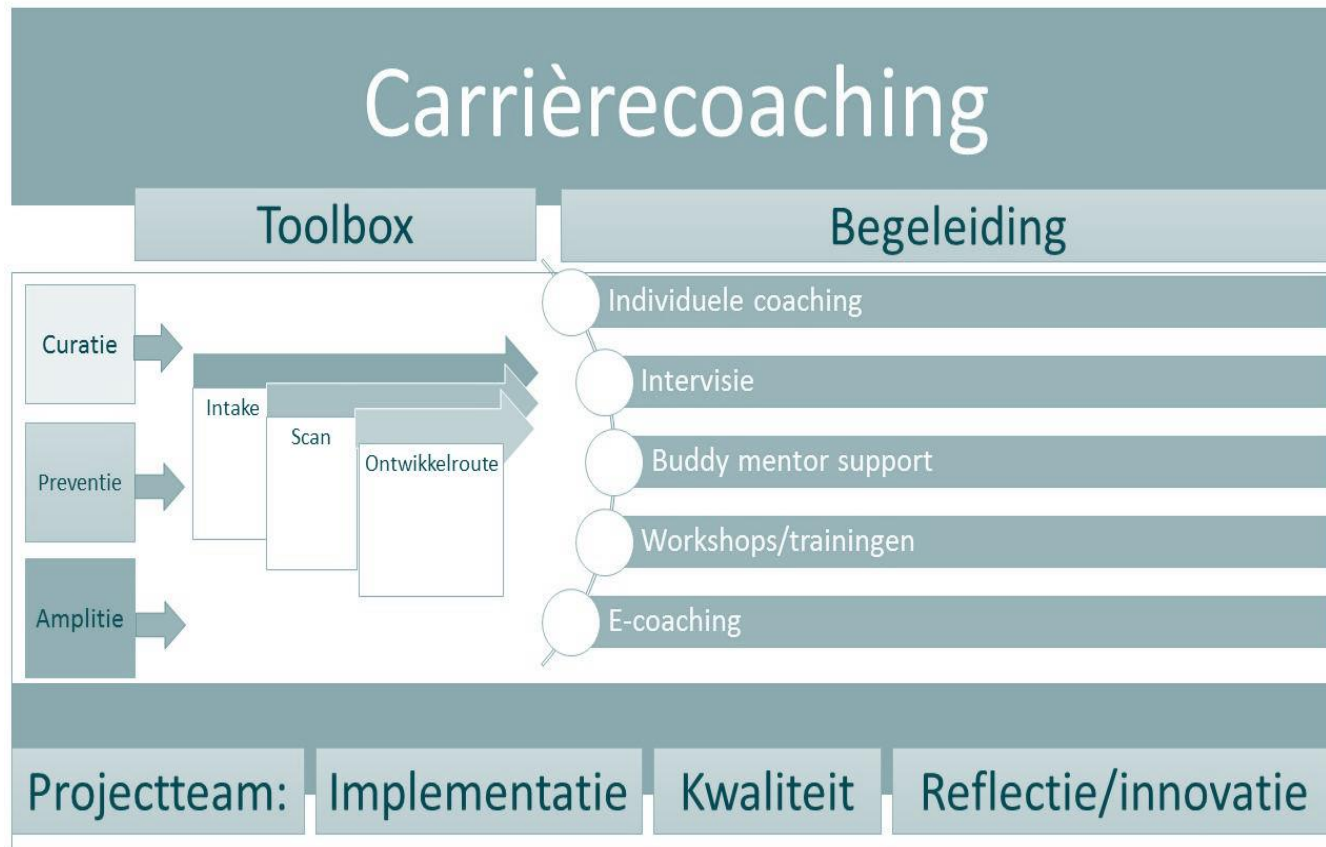
- **Effectieve ontwikkelingsgerichte begeleiding van arts-assistenten\***
- **Projectvoorstel (insteek = ‘versterken van bevlogenheid’):**
  - een procedure/methodiek rondom de ‘toegeleiding’: professionalisering rondom de ‘intake’ en het maken van keuzes voor de meest optimale begeleiding van stagiairs en ASO’s;
  - een toolbox (GRIP) met een breed aanbod van methodieken en instrumenten die stagiairs en ASO’s kunnen ondersteunen bij het ontwikkelen van hun algemene/persoonlijke competenties.

\* **Effectieve ontwikkelingsgerichte begeleiding van arts-assistenten ; van preventie naar amplitie: versterken van bevlogenheid**

Samenwerkingsproject van Deventer Ziekenhuis en Medisch Centrum Leeuwarden ; Cecile Bosker, onderwijskundige MCL ([c.bosker@mcl.nl](mailto:c.bosker@mcl.nl)) of Cristel Hekkert, opleidingsadviseur Deventer Ziekenhuis ([c.hekkert@dz.nl](mailto:c.hekkert@dz.nl)).

# MOGELIJKE VERBETERINGEN

## Best practices



**Effectieve ontwikkelingsgerichte begeleiding van artsen-assistenten ; van preventie naar amplitie: versterken van bevoegdheid**

Samenwerkingsproject van Deventer Ziekenhuis en Medisch Centrum Leeuwarden ; Cecile Bosker, onderwijskundige MCL ([c.bosker@mcl.nl](mailto:c.bosker@mcl.nl)) of Cristel Hekkert, opleidingsadviseur Deventer Ziekenhuis ([c.hekkert@dz.nl](mailto:c.hekkert@dz.nl)).

An aerial photograph of a white sailboat with a dark deck, sailing on clear, turquoise water. The boat is positioned in the upper left quadrant of the frame, moving towards the bottom right. The water's surface is textured with small waves and ripples, reflecting the light. The overall color palette is dominated by various shades of blue and green.

**SAMEN OP WEG**

ARTS  
IN  
NOOD