

Anders kijken en omgaan met stress bij zorgprofessionals.

FIT 4 CARE : Waarover gaat het ?

Sinds kort is er in de schoot van SPK een nieuw innovatieproject "Fit4Care" gestart met steun van het Europees Sociaal Fonds. Met dit project willen we op zoek gaan naar de dieperliggende oorzaken van stress, ziekteverzuim en burn-out bij een erg belangrijke doelgroep: de professionals in de zorg- en gezondheidssector.

Het traject dat wij voorzien gaat voorbij het huidige denkkader en beoogt een transformationele verandering. Daartoe voeren we de exploratiefase uit met een vernieuwende methodiek, op basis van Theory U, die ontwikkeld werd door Professor Otto Scharmer aan het MIT (Massachusetts Institute of Technology in Boston, USA). Deze methode blijkt erg geschikt voor het behandelen van complexe uitdagingen in groep, en nodigt de deelnemers sterk uit om het perspectief te veranderen van waaruit ze naar de realiteit kijken.

Dat begint met het durven kijken met een andere lens:

- *Hoe zou het zijn als we "gezondheid" op een positieve manier associëren met "flow", ruimer dan de "afwezigheid van ziekte"?*
- *Hoe zou het zijn als we "ziekte" ook kunnen zien als een feedback-lus die kan helpen om tot een betere gezondheid te komen?*
- *Hoe zou het zijn als ...?*

HOE KAN IK DEELNEMEN ? Deelnemen kan op verschillende manieren !

A. Deelnemen aan de U-lab (en optioneel aan het vervolg hierop)

Dit is voorbehouden aan mensen die de tijd hiervoor willen vrijmaken

- omdat zij bijvoorbeeld zelf een opdracht hebben om binnen hun organisatie aan dit thema te werken
- omdat zij dit thema erg belangrijk vinden en in de zorgsector zelf werken

We mikken op een groep van deelnemers die zich engageren om gedurende 2 maanden actief mee te werken aan dit project. Ze nemen deel aan een proces waarbij ze zelf geholpen worden met hun eigen opdracht, ze leren van anderen, maar krijgen ook een vernieuwende kijk op wat er mogelijk is om aan stress, burn out en werkverzuim te werken. Daarbij worden ze ook geholpen om de juiste activiteiten op te zetten binnen hun eigen werkveld of organisatie en dit alles vanuit een verfrissende kijk die ruimer is dan de persoonlijke en gangbare zienswijzen en denkkaders.

Hiervoor kijken we naar verschillende groepen om de mix zo optimaal mogelijk te maken :

- HR en beleidsmedewerkers
- Artsen, kinesisten, paramedici, verpleegkundigen

- Holistische professionals zoals osteopaten, acupuncturisten of therapeuten in GGZ
- Paramedici
- Onderwijsinstellingen die willen nadenken over de opleidingen voor de toekomst
- Betalers en financierders zoals mutualiteiten en verzekeraars
- Preventie en Arbeidsgeneesheers
- Ervaringsdeskundigen (mensen die zelf met burn out ervaringen hebben)
- Professionals uit "belendende sectoren" zoals jeugdzorg, ouderenzorg, gehandicaptenzorg
- Zorgkundigen en Verzorgenden.

De eerste drie sessies lopen parallel in Gent en in Turnhout (telkens met een groep van 12-18 mensen)

In Gent: dinsdag 6, 20 en 27 februari 2018, telkens van 13u30 tot 17u

In Turnhout: woensdag 7, 21 en 28 februari 2018, telkens van 13u30 tot 17u

Later komen deze groepen van Turnhout en van Gent samen om gezamenlijk aan prototypes te werken

In Mechelen: woensdag 7, 14 en 28 maart 2018, telkens van 13u30 tot 17u

In de lente zal dit leiden tot een concept van dienstverleningsmodel, dat vanaf de zomer uitgebreid zal getest worden. De beoogde verbetering kan de stijgende problematiek van stress en ziekteverzuim een halt toeroepen.

B. Deelnemen aan de leerreis naar de Blue Zone (Oss-Nederland)

Op 19 februari organiseren we een leerreis naar de Blue Zone in Nederland. Hier gaan de deelnemers uitgedaagd worden om op een andere manier naar zorg te kijken. Ze krijgen de kans om geïnspireerd te raken door een project waar zorg op een verfrissende manier geboden wordt. Kennismaken met praktijkvoorbeelden, met nieuwe benaderingen, een meer duurzame impact naar mensen met een zorgvraag, aandacht voor zorgverleners maar ook naar de financiële impact van anders kijken en omgaan met de zorguitdaging.

Mensen die deelnemen aan de u-lab kunnen sowieso mee op reis.

Management teams, leidinggevenden of andere geïnteresseerde profielen kunnen deelnemen op voorwaarde dat ze op een passende manier het project ondersteunen (dit kan bijvoorbeeld door in de eigen organisatie ruimte te scheppen voor collectieve activiteiten rond het onderwerp, door zich ter beschikking te stellen voor een 1 op 1 verdiepend gesprek of door mensen in de eigen organisatie te motiveren om deel te nemen) en zo ook iets waardevols teruggeven voor het welslagen van het onderzoeksproject.

Alle andere mensen kunnen participeren zolang we dit binnen het aantal beschikbare plaatsen kunnen faciliteren.

C. Deelnemen aan sessies op de eigen werkvloer (in ziekenhuizen, groepspraktijken, netwerkmeetings, ...)

We stimuleren het organiseren van overlegmomenten en werksessies op de werkvloer zelf. Deze worden georganiseerd door de mensen die deelnemen aan de U-lab – zichzelf krijgen hiervoor ondersteuning vanuit het proces en waar specifiek nodig en mogelijk, vanuit

het organisatie-team. Hierdoor hopen we zoveel mogelijk inzichten en aandachtspunten mee te nemen in ons onderzoek.

D. On-line deelnemen (op een beperkt aantal momenten om 19u) via Zoom-sessies

We bieden ook de gelegenheid om on-line deel te nemen. Deze sessies gaan door buiten de werkuren en worden 'gehost' vanop het "Zoom-platform" (te vergelijken met Skype). Iedereen kan hieraan deelnemen maar we hopen hier vooral diegenen te verwelkomen die binnen de werkuren geen ruimte hebben om deel te nemen (zo hopen we bijvoorbeeld dat hier ook een aantal chirurgen en specialisten de tijd vinden om aan te sluiten).

De eerste sessie staat gepland op maandag 29 januari om 19 u.

INSCHRIJVEN !

Dit initiatief wordt ondersteund vanuit 'Hautekiet' (Radio 1) en is één van de "18 plannen voor 2018"

<https://radio1.be/18-plannen-voor-18-0>

U kan inschrijven op www.spk.be en u kan ons online volgen op

<https://www.facebook.com/Fit4CareLab/>

Gezien het beperkt aantal plaatsen en de media aandacht hierrond is het goed als u zich zo snel mogelijk kandidaat stelt.

U bouwt mee aan een zo duurzaam mogelijke oplossing van een belangrijk probleem.