

OPZ *Geel*

Openbaar Psychiatrisch Zorgcentrum



Zorgzaam omgaan met je collega's en jezelf

Wat wanneer je in het zorgwerk
geconfronteerd wordt met ingrijpende
ervaringen?



- Introductiespel
- Theoretisch kader
- Werking echoteam OPZ Geel

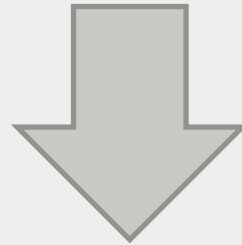


Collegiale opvang na een ingrijpende gebeurtenis

Als een ervaring aan je blijft plakken



Ingrijpende gebeurtenis



Normale reacties op een abnormale gebeurtenis



- Plots, eenmalig en buitengewoon
- Intense gevoelens van machteloosheid, woede, angst en/of ontreddering
- Onvoorbereid; basisverwachting is verstoord
- Confrontatie met bedreiging van fysieke integriteit of confrontatie met de dood

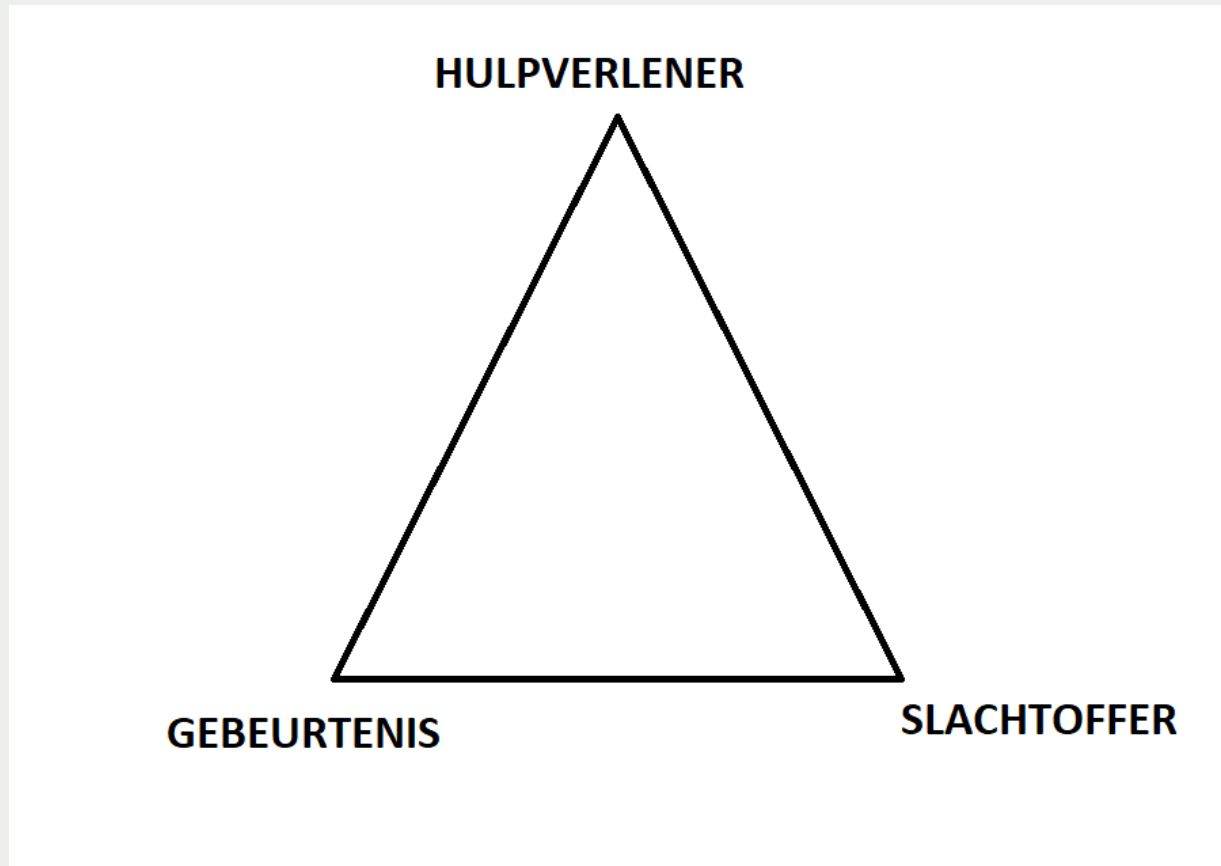


Driehoek van impact

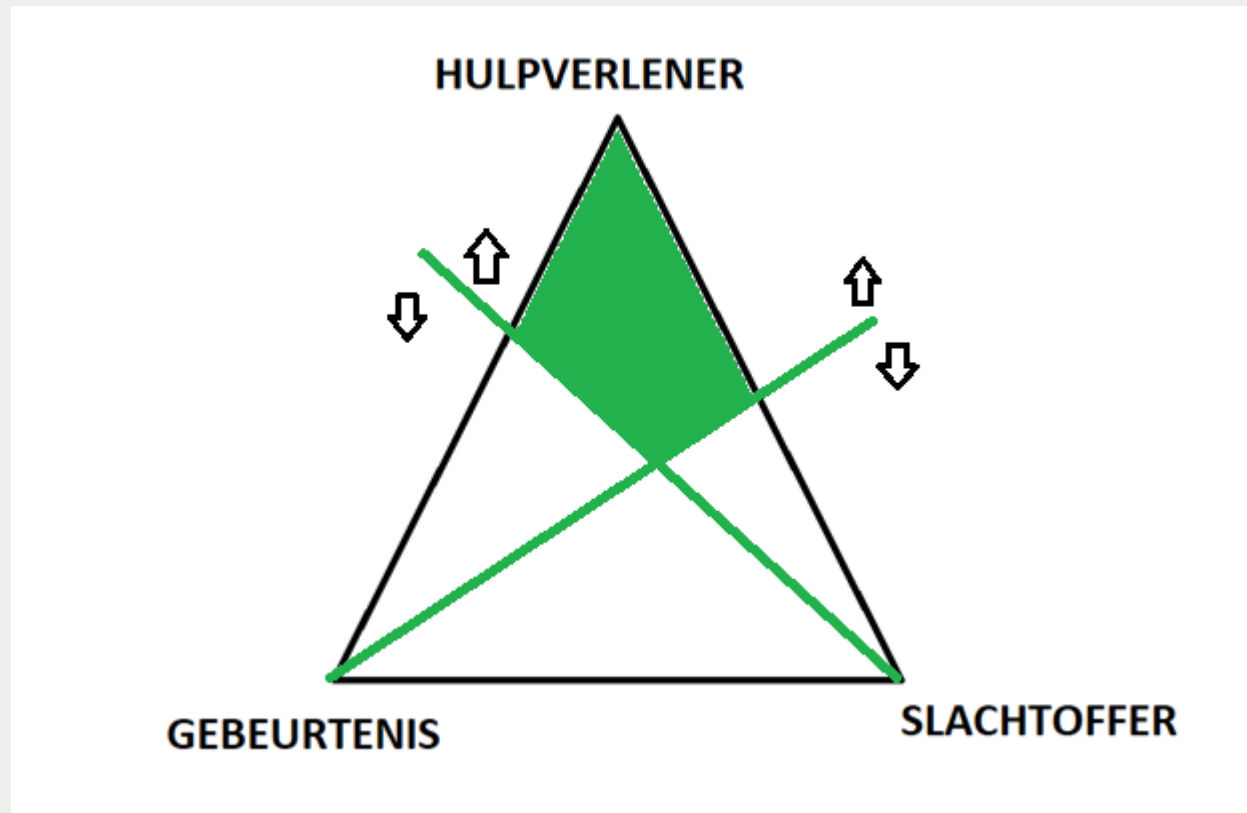
- Iedereen is kwetsbaar
- Mate van identificatie



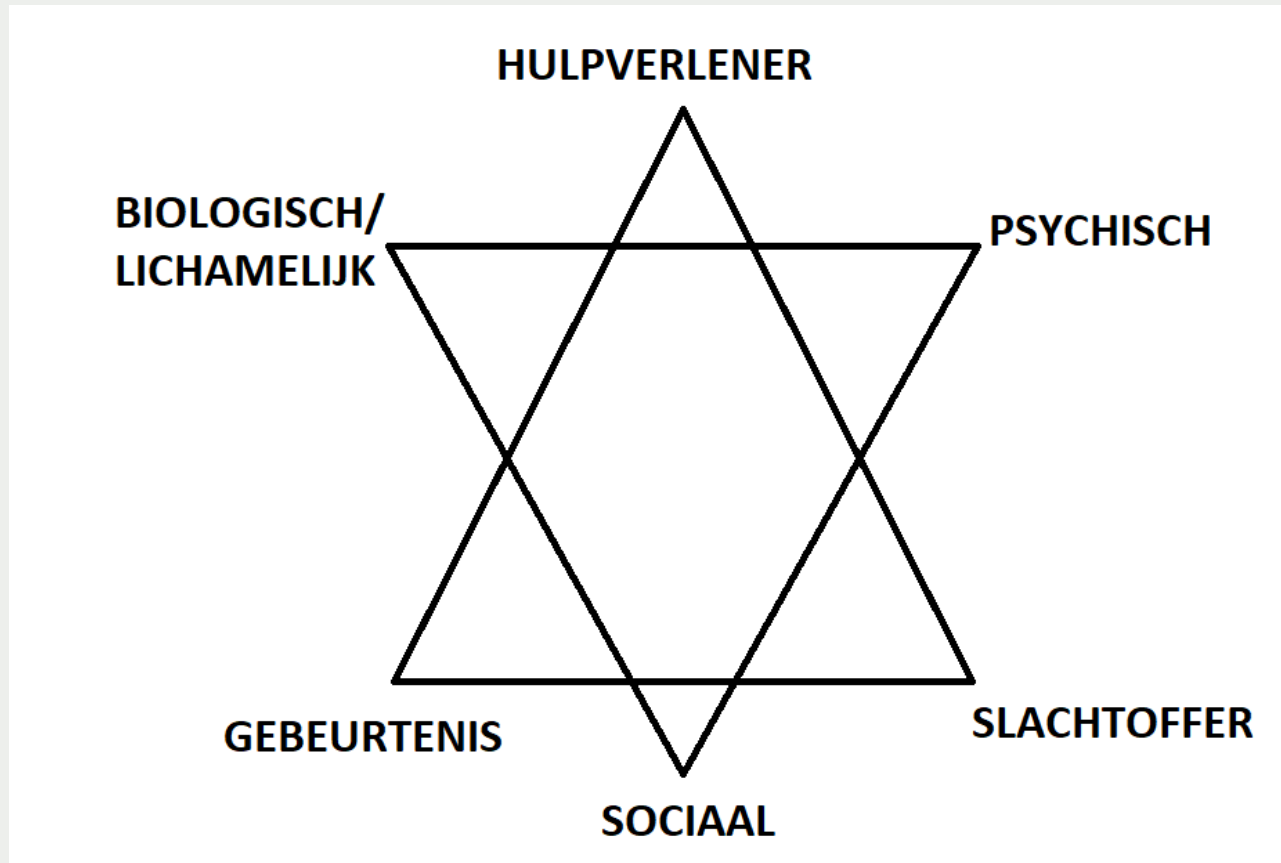
Driehoek van impact



Driehoek van impact



Driehoek van impact



- Acute fase = 0 - 72 u
- Doorverwerkingsfase = 72 u - 3 maand
- Fixatiefase = >3 maanden



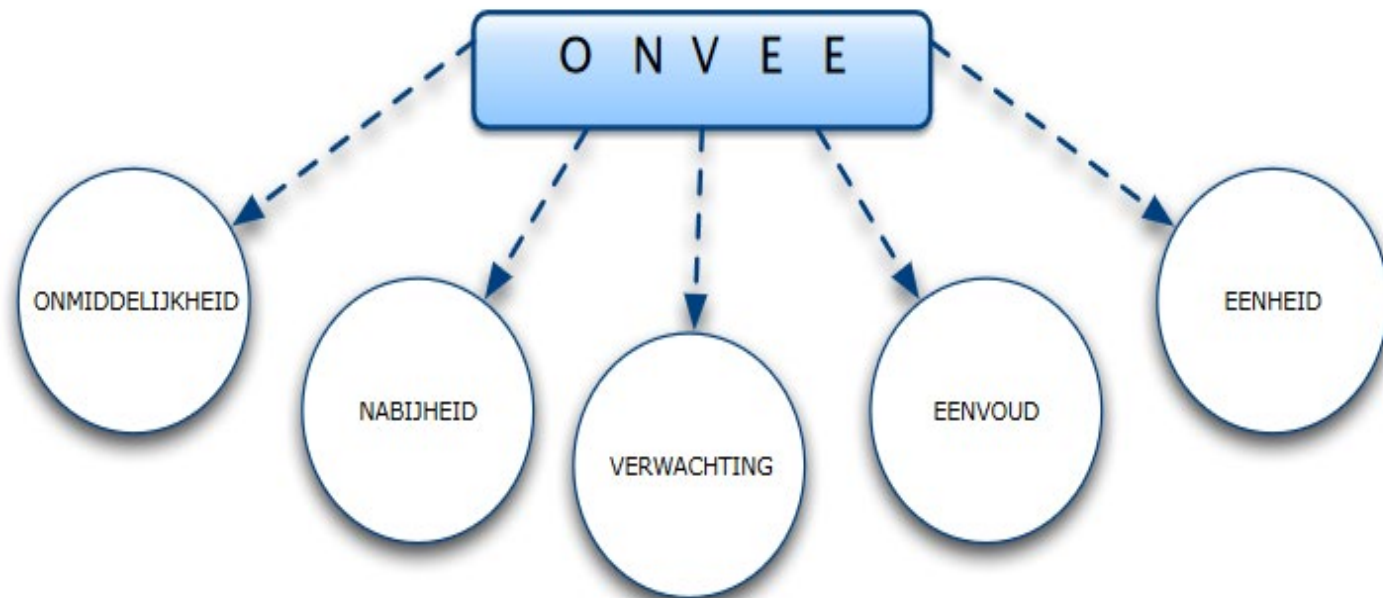
Symptomen acute fase

- Machteloosheid en hulpeloosheid
- Stress reacties
- Lichamelijke overdrive (fight, flight, freeze)
- Tunnelvisie
- Verdoving, desoriëntatie
- Flashbacks
- Wisselende emoties (kwaadheid, teleurstelling, irritatie...)
- Automatische piloot



Opvang in acute fase

- Defusing
- ONVEE
- Gestructureerd ventileren
- Tunnelvisie openen (veilig)
- Puzzel maken (beperkt)
- Erkenning
- Rest & Repair
- Beperkte info



Symptomen door verwerkingsfase

- Heen/weer beweging tussen herbeleving en vermijding
- Twijfelen aan eigen functioneren
- Vermijden van plaats gebeurtenis
- Fysieke symptomen zoals vermoeidheid, slaapklachten, verhoogde prikkelbaarheid...
- Mentale symptomen zoals herbeleving, flashbacks, nachtmerries, concentratieproblemen, verhoogde waakzaamheid...



Opvang in doorverwerkingsfase

- Debriefing
- Puzzel samenbrengen
 - Feitenfase
 - Gevoelsfase / gedachtenfase
 - Reactiefase
 - Infofase
- Stimuleren om ondersteunende omgeving op te zoeken
- Nood aan follow-up inschatten
- Secundaire victimisatie vermijden



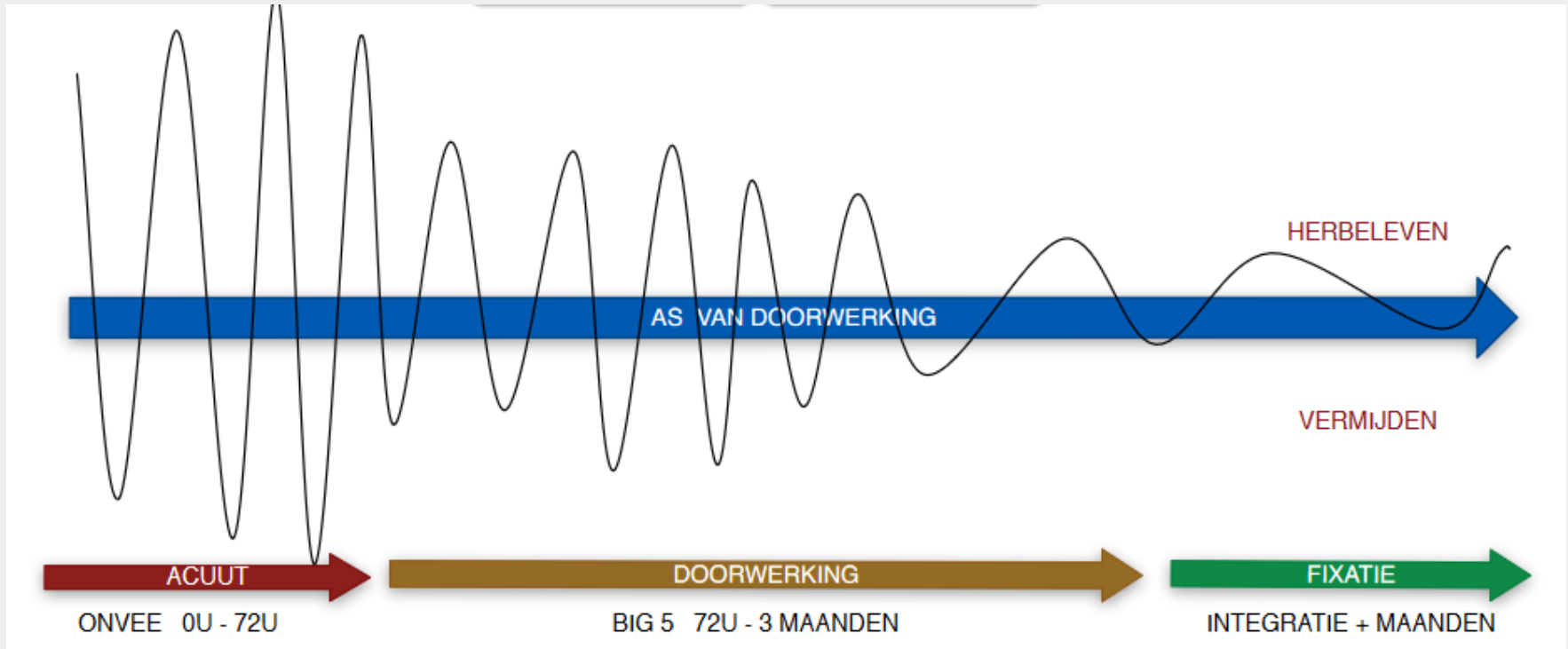
- Aanhoudende klachten gaande van vermijding tot herbeleving



- Doorverwijzing naar professionele hulpverlening (intern of extern) ter preventie van burn-out, PTSS, ...



Tijdsfase van doorverwerking



- Eerste
- Collegiale
- Hulp (en)
- Opvang



Werking echoteam

- Opstart in 2005 op vraag van directie
- 12 collega's uit verschillende divisies, multidisciplinair
- Telefonisch bereikbaar voor iedereen 7d/7, 24u/24
- Zichtbaar en aanspreekbaar op de werkvloer = laagdrempelig
 - Antennefunctie
 - Jaarlijkse actie
 - Makkelijk te vinden via intranet
- Info voor nieuwkomers
- Geschoold door Erik de Soir (opfrissing 2020)
- CISD principes (critical incident stress debriefing)
- Nazorg: brochure, telefonisch contact, ...
- Doorverwijzingsmogelijkheden naar interne of externe psycholoog





Vragen?





CASUS

