

## Arbeid als medicijn

### Het onderwerp

Werk is belangrijk voor mensen. Werk kan psychische problemen verminderen, maar werk kan ook een oorzaak zijn bij het ontstaan en voortduren van psychische stoornissen. Ook het (jarenlang) geen werk hebben of het na studie niet aan het werk kunnen komen kan psychische problematiek versterken of zelfs veroorzaken. Het is daarom belangrijk om de invloed van werk te bespreken in de behandeling.

### Uitgangspunten

- Werk heeft invloed op de psychische gezondheid van mensen. Werk kan (sterk) bijdragen aan de (psychische) gezondheid van mensen. Werk kan psychische klachten en psychische stoornissen ook veroorzaken of verergeren.
- De zorgverlener heeft een signalerende taak ten aanzien van (dreigende) arbeid gerelateerde gezondheidsproblemen.
- De zelfregie en zelfmanagement van de patiënt staan centraal. De zorg wordt zo goed mogelijk afgestemd op de mate waarin de patiënt zelf de regie kan voeren, door samen met de patiënt vast te stellen wat hij zelf wil en kan. Tenslotte wordt met de patiënt vastgesteld welke ondersteuning nodig is.
- De zorg sluit aan bij de wensen, behoefte en de situatie van de patiënt. Met de patiënt wordt vastgesteld wie betrokken moet worden bij het herstelproces. Het is van belang zo mogelijk ook de naasten van de patiënt hierbij te betrekken.
- Voor effectieve zorg is maatwerk nodig. Het gaat hierbij om een goede balans tussen wat de patiënt kan, wil en moet, en wat op dat moment mogelijk is.
- Stigmatisering staat het herstel van patiënten in de weg. Stigmatisering uit zich in een gebrek aan emotionele ondersteuning, empathie en respect. Patiënten ervaren stigmatisering zowel bij behandelaars als bij andere betrokkenen. Ook zelfstigma kan het herstel belemmeren. Om stigmatisering tegen te gaan en grip op de eigen situatie te vergroten of te hervinden zijn informatie, voorlichting en educatie nodig.
- Het is belangrijk dat de behandelaar ook het werk(vermogen) wanneer van toepassing voor de patiënt meeneemt als behandeldoel.

### Patiëntenperspectief

*Ervaringen en aandachtspunten ervaringsdeskundigen*

- Zelfregie is belangrijk voor de patiënt. Dit betekent niet dat de behandelaar zonder meer meegaat in de visie van de patiënt. De behandelaar kan zijn professionele vaardigheden inzetten om - met behoud van een goede behandelrelatie - de patiënt op andere gedachten te brengen. Maar het deskundige oordeel van de behandelaar leidt niet tot het opheffen van de zelfregie van de patiënt. Zolang mensen in staat zijn de gevolgen te overzien, is het aan hen om beslissingen te nemen over hun leven.
- Er is behoefte aan goede aansluiting. Wat voor de één werkt, kan bij de ander herstel in de weg staan.
- Er is behoefte aan goede aansluiting tussen wat werk te bieden heeft en wat de betrokken patiënt wil, kan en moet.

- Mensen kunnen ontmoedigd raken door het gebrek aan perspectief op uitdagend werk dat past bij hun intellectuele niveau.
- Goede begeleiding, begrip en ondersteuning op het werk zijn belangrijke randvoorwaarden.

### Kernelementen van goede zorg

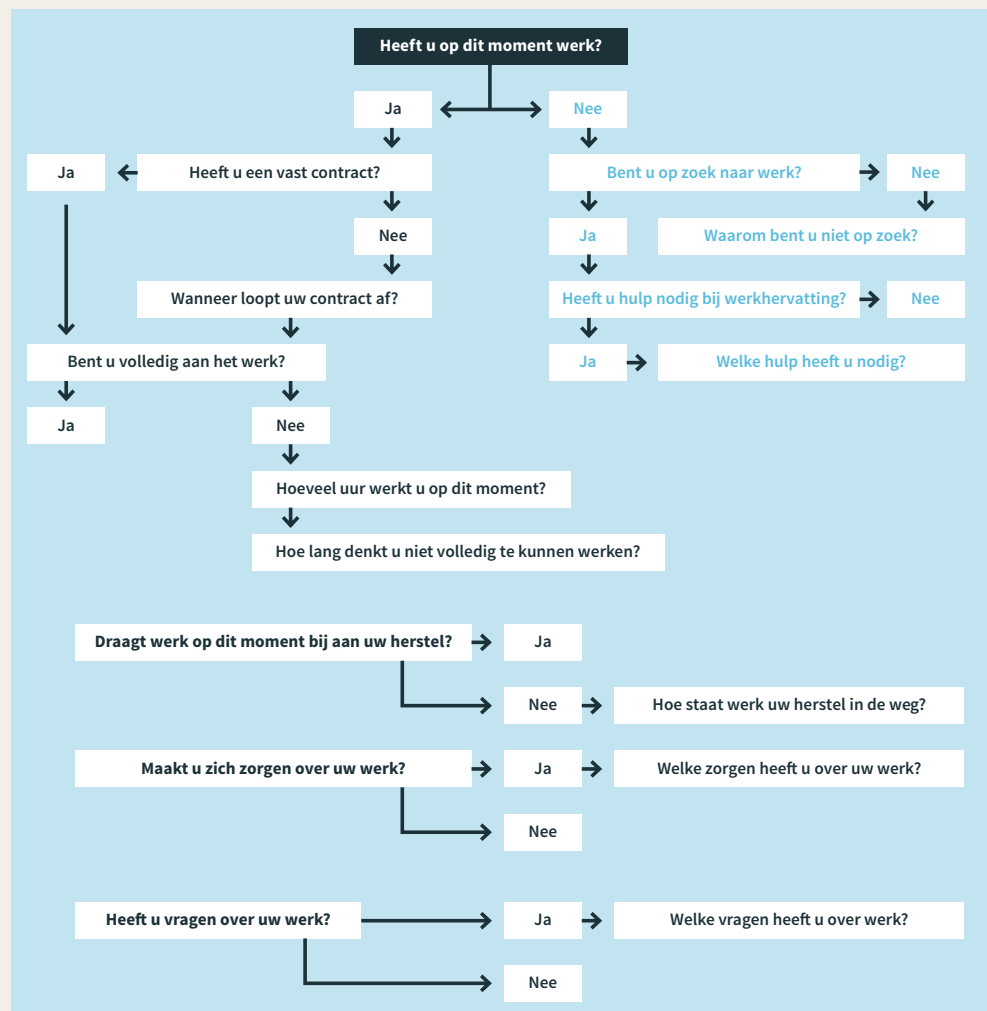
Werk kan de oorzaak zijn van psychische klachten en kan psychische problemen verergeren. Maar werk kan mensen ook gezond maken, gezond houden of bevorderend zijn in de behandeling. Het is daarom belangrijk om zowel bij diagnostiek als in de behandeling aandacht te besteden aan het thema werk en te inventariseren of werk bij de betrokken patiënt een rol speelt bij het herstel. Als werk een rol speelt volgt de vraag of dit werk herstel bevordert of belemmert.

*Vroege onderkenning en preventie*

- Naast arbeidsinhoud, arbeidsomstandigheden, arbeidsverhoudingen en arbeidsvoorwaarden is ook de wijze waarop een medewerker zijn werk verricht van belang bij het voorkomen of ontstaan van psychische problemen.
- Het is belangrijk dat er aandacht is voor 'rouw' als mensen (opnieuw) op zoek zijn naar werk. Zeker als het gaat om werk dat niet of minder aansluit bij hun wens of hun studie.
- Psychische klachten kunnen mede veroorzaakt worden door werk, maar leiden bijna altijd tot problemen met werk. Door al bij het begin van de behandeling het thema arbeid bespreekbaar te maken, kan snel worden vastgesteld of werk meespeelt in de bij de patiënt aanwezige psychische klachten. Tevens kan in een vroeg stadium worden vastgesteld of het hierbij gaat om een bevorderende of belemmerende rol op herstel.
- Als werk een rol speelt bij de aanwezige psychische problemen is van belang dat dit ook benoemd wordt in het individueel zorgplan en dat hier de benodigde acties aan worden gekoppeld.

### Situatieanalyse ten behoeve van de intake

→ Onderstaande vragen geeft een eerste indruk van de mate waarin werk van invloed is op de gezondheid en het herstel van de betrokken patiënt.



### Behandeling en begeleiding

- Maak gebruik van de gespreksleidraad 'Arbeid als medicijn' om tijdens de intake en de behandeling gericht aandacht te besteden aan de rol van arbeid bij het ontstaan, het voortduren en het herstel van psychische problemen.
- Inzet van de gespreksleidraad geeft antwoord op de vraag of werk een rol speelt bij de psychische klachten van de betrokken patiënt, en zo ja welke.

- Als werk een rol speelt, wordt duidelijk of dat werk het herstel bevordert of belemmert.
- De leidraad geeft inzicht in de verschillende thema's die spelen bij het behouden, hervatten en vinden van werk. Met dit inzicht kunnen passende vervolgstappen worden gezet. Denk aan het inwinnen van advies bij een Arbo professional en beoordeling of begeleiding vanuit de Arbo zorg.

## De 4 stappen van de gespreksleidraad

**Stap 1 - Voorbereiding:** Maak een keuze welke onderwerpen u belangrijk vindt om te bespreken en verzamel alvast de nodige informatie over die onderwerpen.

**Stap 2 - In gesprek gaan:** Vertel uw hulpverlener aan het begin van het gesprek welke onderwerpen voor u belangrijk zijn. Stel eventuele vragen aan uw hulpverlener.

**Stap 3 - De volgende stappen:** Bepaal samen met uw hulpverlener wat op dit moment goede volgende stappen voor u zijn. Stappen die u zelf of samen met anderen kunt zetten.

**Stap 4 - Afronden:** Maak afspraken met uw hulpverlener over de vervolgstappen. Wie gaat wat doen? Wie gaat u wanneer inschakelen? Schrijf die afspraken op. Maak tenslotte een afspraak voor een vervolgesprek. In dat gesprek kijkt u hoe het gegaan is en bepaalt u samen hoe u verder gaat.

### Aandachtspunten monitoring

- Als werk een rol speelt bij het ontstaan en het herstel van psychische klachten, is het noodzakelijk werk op te nemen in het individueel zorgplan.
- Inzetten van de gespreksleidraad 'Arbeid als medicijn' helpt bij het kiezen van het thema rond werk dat een hoge prioriteit heeft.
- Het is de verantwoordelijkheid van zowel patiënt als behandelaar om regelmatig aandacht te besteden aan het onderwerp werk. Bijvoorbeeld door het inwinnen van advies bij een bedrijfsarts, of een andere bij de begeleiding van de werknemer betrokken Arbo professional.
- Doorverwijzing kan in het behandeltraject een passende vervolgstap zijn.

## Organisatie van zorg

- De werkgever is medeverantwoordelijk voor het voorkomen van klachten en verzuim als gevolg van het werk of de arbeidsomstandigheden, en voor het bevorderen van duurzame inzetbaarheid.
- De werkgever en de werknemer zijn samen betrokken bij het creëren van optimale arbeidsomstandigheden.
- De bedrijfsarts kan worden ingeschakeld bij zorgen over het werk door werknemers. Dit valt onder het arbeidsomstandigheden spreekuur.
- Zorgaanbieders die een rol spelen bij de zorg rond werk en psychische klachten zijn bijvoorbeeld huisartsen, praktijkondersteuners huisartsenzorg ggz (POH's-GGZ), behandelaars in de generalistische basis ggz (GB GGZ) en gespecialiseerde ggz (S GGZ), fysiotherapeuten en jeugdartsen. Ook revalidatieartsen, andere medisch specialisten, verpleegkundigen, verpleegkundig specialisten en paramedici uit de medisch specialistische zorg leveren hierin een bijdrage, net als professionals bij verzekeraars, arbodiensten en re-integratiebedrijven.
- Belangrijke randvoorwaarden voor een goede samenwerking tussen de betrokken zorgverleners en instanties zijn de bekendheid van de contactgegevens en de bereikbaarheid van de verschillende organisaties en de professionals. Ook zijn concrete afspraken over informatie-uitwisseling en hanteren van regels voor instemming van patiënt belangrijk. Maak daarbij gebruik van de Wegwijzer beroepsgeheim in samenwerkingsverbanden.