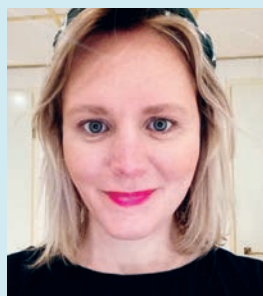


HET **NEDERLANDS INSTITUUT VAN PSYCHOLOGEN** IS DE GROOTSTE BEROEPSVERENIGING VAN PSYCHOLOGEN, HOUDT DE ONTWIKKELING VAN HET VAKGEBIED IN HET OOG EN BEHARTIGT DE BELANGEN VAN PSYCHOLOGEN DOOR TE ZORGEN DAT ZIJ GEHOORD EN GEZIEN WORDEN BIJ ALLE PARTIJEN DIE ERTOE DOEN. IEDERE MAAND LEGGEN WE VERSCHILLENDE BETROKKEN NIP-LEDEN EN NIP-MEDEWERKERS EEN VRAAG VOOR: **WAT HOUDT U ZOAL BEZIG EN WAT MERKT U VAN HET NIP?** EEN KIJKJE IN ONS BREDE EN DIVERSE VAK!



**EVEN VOORSTELLEN:**

## Renske Vermeijden, communicatieadviseur bij het NIP

**Begin februari startte ik bij het NIP. Inmiddels zijn we zo'n 3 maanden verder en ziet de wereld er totaal anders uit. Niet meer in de vroege ochtend of avond in het OV en niet meer samen met collega's in Utrecht. Vergaderingen zijn Zoom meetings geworden, en de perstelefoon staat roodgloeiend.**

Roerige tijden, maar ook tijden waarin het belang van mentale gezondheid nog meer naar de oppervlakte komt. Of het nou gaat om de GGZ, Ouderenpsychologie, Sociale en Economische Psychologie of Arbeid- en Organisationspsychologie. Corona raakt ons allemaal.

*'Roerige tijden, maar ook tijden waarin het belang van mentale gezondheid nog meer naar de oppervlakte komt.'*

Met bewondering en respect en heb ik gezien hoe collega's en psychologen snel

omschakelen naar deze nieuwe tijd. Er wordt kennis uitgewisseld, omgedacht en thuiswerken wordt eigen gemaakt. Ook op de communicatieafdeling hebben we snel ingespeeld op deze nieuwe werkelijkheid. Zo is er in korte tijd een Coronadossier ontwikkeld waarin we informatie verzamelen die voor jou als psycholoog nu van belang is, met financiële en aangepaste regelgevingen, richtlijnen, nieuwsberichten en wetenschappelijke artikelen. We zijn dagelijks in overleg met overheid en andere partijen over de gevolgen van het coronavirus voor psychologen.

Maar we kijken ook vooruit. Hoe kunnen we jullie in de 1,5 meter samenleving goed blijven ondersteunen en hoe blijven we

elkaar vinden nu bijeenkomsten voorlopig alleen online plaats zullen vinden? Vragen waar we nog niet altijd een antwoord op hebben, maar waar we met z'n allen hard aan werken. Mocht je daar ideeën over hebben, laat het ons dan zeker weten.

Afsluitend leuk om nog even te laten weten wat mijn achtergrond is. In 2008 rondde ik de opleiding European Studies af aan de Hogeschool Zuyd in Maastricht. Ik heb daarna adviesrollen bij non-profits, start-ups, overheid en onderwijs vervuld, met werkgevers als Rijkswaterstaat, Nuffic en de Vrije Universiteit Amsterdam. Ik heb vorig jaar genoten van een heerlijke sabbatical en ik kijk er nu naar uit om samen met jullie te werken aan de positionering en profilering van het NIP.

Groet!

Renske

# Verspreid

# DE LIEFDE

In de envelop zit een zelfgemaakte tekening van het lievelingsdier van mijn partner. Haar leidinggevende is een kettingsbrief begonnen. Iedere medewerker van de afdeling moet volgens een bepaald schema enkele andere thuiswerkers een persoonlijke wens sturen (een lief gedichtje, een tekening), onder het motto "verspreid de liefde". Best leuk. Mijn eigen werkgever, de Universiteit Utrecht, houdt het wat rustiger. Ik ontvang wekelijks een troostrijke update via email, genre "het zijn rare tijden/dank voor je inspanning/en hou vol, want we moeten nog weken zo door".

Eén van de leukste dingen van werk is dat we er anderen tegenkomen: onze studenten en cliënten, maar vooral ook onze collega's. Daarnaast kunnen leidinggeven- den hun mensen veel gemakkelijker aansturen, inspireren en controleren als die fysiek in de nabijheid zijn. Nu een groot deel van Nederland thuiswerkt vanwege corona, missen veel mensen de natuurlijke interacties met hun collega's en moet er op afstand leiding worden gegeven. Dat is behoorlijk lastig. Veel leidingge- venden proberen daarom het contact met en tussen medewerkers op peil te houden.

*'Zorg voor een appgroep zodat medewerkers elkaar snel kunnen bereiken, maar houd de poezenfilmpjes en andere ongein buiten de deur.'*

Op internet wordt aanbevolen om iedere werkdag te starten met een virtuele teambijeenkomst, 's middags kan er via Microsoft Teams samen worden geluncht, en vergeet de online koffiepauzes tussendoor niet. Met laptop of mobiel kan de vrijmibo thuis op de bank plaatsvinden, zodat mensen rustig vier zelfbetaalde wijntjes naar binnen kunnen werken omdat ze toch niet meer hoeven te reizen. Zorg voor een appgroep zodat medewerkers elkaar snel



kunnen bereiken, maar houd de poezenfilmpjes en andere ongein buiten de deur. Zó houd je als leidinggevende de vinger aan de pols en bevorder je het welzijn, de motivatie en de werkprestatie van je mensen, zelfs nu die thuis aan het werk zijn!

Terwijl ik deze en andere tips lees vraag ik me af of mijn medewerkers zitten te wachten op mijn tekeningen, en vrees dat het ongeremd verspreiden van liefde me zal komen te staan op een enkeltje richting

#Metoo. Ik hoop ook dat het welzijn en de werk- prestaties van mijn mensen niet ál te zeer afhangen van hun online bijeenkomsten met mij, hun leidinggevende (ik ken mijn beperkingen). En ik voel me daarbij gesteund door onderzoek dat laat zien dat thuiswerkers enerzijds vaak behoorlijk productief zijn, en anderzijds regelmatig meer last dan gemak hebben van control- freakerige contactmomenten met hun leidinggevende. Complimen- ten geven voor goed werk is prima; een praatje maken om te kijken hoe het met iemand gaat natuurlijk ook. Maar doe dat met beleid, want je wilt niet dat al die goedbedoelde online bijeenkomsten en interventies ertoe leiden dat je mensen vooral afgeleid en impro- ductief zijn en jou als een lastpak gaan zien. Verspreid de liefde, maar wel met verstand.



**Toon Taris**

Hoogleraar Arbeids- en Organisatiepsychologie  
Universiteit Utrecht





# Binnen no time ONLINE

**'We werken met een kwetsbare doelgroep. Dus al heel in het begin, toen de eerste coronagevallen in Nederland waren gevonden, wisten we dat we er iets mee moesten. Dat was vlak vóór de persconferentie van 12 maart waarop minister president Mark Rutte zei dat we zoveel mogelijk thuis moesten werken en bij verkoudheid sowieso thuis moesten blijven. De week van 16 maart zou een overgangswEEK worden waarin we alles gingen regelen, maar na de persconferentie hebben we zelfs van de overgangswEEK afgezien. Medewerkers konden het pand nog in om zaken op te halen, maar cliënten liever niet meer. We zijn snel overgegaan op beeldbellen.'**

**W**e gebruikten al e-health behandelingen via het bedrijf Karify, op hetzelfde platform konden we ook beeldbellen. Tot op dat moment had nog geen enkele therapeut dat gedaan, maar binnen een paar dagen was het geregeld. Zo kon iedereen in een beveiligde omgeving zijn individuele sessies voortzetten. We waren al twee jaar van plan om onze e-health uit te breiden, nu gebeurde het in een week. Daarnaast houden we online teambesprekingen. Die besprekingen zijn noodzakelijk, niet alleen voor de indicatiestelling en casuïstiek maar ook omdat ons werk emotioneel zwaar is. We horen veel verdrietige verhalen van patiënten met kanker. Via Teams van Microsoft gaat dat goed. Omdat dat werkt binnen ons eigen netwerk, is dat ook beveiligd en afgeschermd van de omgeving. Dat hadden we in de tweede week rond. Verder appen we vaker met elkaar over niet-patiëntgebonden zaken of om stoom af te blazen. Mensen zijn iets minder declarabel dan normaal, maar dat nemen we op de koop toe. Je moet het wel vol kunnen blijven houden.

Bijna iedereen werkt thuis. Sommige psychologen willen af en toe een dagje beeldbellen vanuit kantoor en daar kunnen tot vijf mensen terecht. Een psycholoog legde uit: "Thuis zit ik onder de hoogslaper van mijn dochter, die de hele dag niet in haar kamer kan. Het is niet te doen." Het gekke is: online is alles vermoeiender. Je bent meer gefocust, het kost een ander soort energie. Ik ben benieuwd of het went.

Nu zijn we de groepsessies aan het vormgeven. Er was nog wat twijfel over, maar inmiddels is duidelijk dat Zoom niet AVG-proof is, de privacy wordt niet gewaarborgd. KPN Zorg Messenger heeft onlangs haar aanbod uitgebreid waardoor we via deze applicatie AVG-proof groepstherapie tot en met tien personen kunnen doen. We hebben wel een afsluitende sessie gedaan via Zoom, alle deelnemers gaven hier expliciet toestemming voor. Ze waren er heel blij mee. Het bleek bijna nog intiemer dan een groepsbijeenkomst, wellicht omdat iedereen elkaars gezicht goed ziet en mensen heel open durfden te zijn. Dat is een goede ontwikkeling. Maar er is ook minder goed nieuws. Het aantal aanmeldingen is dramatisch gedaald. Patiënten melden zich minder bij de huisarts of de specialist en worden dus ook niet doorverwezen. Dit stemt overeen met een zorgelijker beeld, namelijk dat het aantal nieuwe kankerdiagnoses met dertig procent gedaald is de afgelopen vier weken. En mensen krijgen niet minder kanker.'

#### **Anette Pet**

*Inhoudelijk directeur en psycholoog bij het Helen Dowling Instituut, psychologische zorg bij kanker*

Redacteur Geertje Kindermans interviewt psychologen ten tijde van Corona. Je kunt hun ervaringen hier volgen. Ga voor meer verhalen naar: [psynip.nl/werkenincoronatijd](https://psynip.nl/werkenincoronatijd)





# “Natuurlijk mis ik mijn collega's en ook het directe contact met leden. Het is mijn levensader voor het werk”

**Britt van Beek is Senior beleidsmedewerker en werkt al geruime tijd bij het NIP. Ze houdt zich onder andere bezig met 1001 kritieke dagen, suïcidepreventie, en scholing van supervisors in het jeugd domein. Het Coronavirus heeft veel invloed op haar werk.**

## HEEFT HET CORONA VIRUS JOUW WERK VERANDERD? ZO JA, HOE?

Nogal ja. Half maart werd mij gevraagd een en ander te coördineren rondom Corona. Je kunt wel zeggen dat ik daar vanaf toen full time mee bezig ben geweest, op wat andere werkzaamheden na die prioriteit hadden.

## ER KOMEN VEEL VRAGEN BINNEN, ZIJN ER BEPAALDE ONDERWERPEN DIE VEELVULDIG TERUGKOMEN?

In het begin waren er veel vragen over beeldbellen. Inmiddels komt er ook meer behoefte aan uitwisseling: tips over werken in het onderwijs, met ouderen, als arbeid & organisatiepsycholoog, in de verslavingszorg of in het ziekenhuis. Daarom hebben we speciale pagina's per werkveld in het themadossier Corona ingericht.

## WELKE IMPACT HEEFT HET VIRUS OP HET WERK VAN DE PSYCHOLOOG?

Ik denk dat psychologen nu een extra verantwoordelijkheid voelen voor kwetsbare groepen in de samenleving, zoals kinderen in onveilige thuissituaties of mensen die door isolatie psychische problemen krijgen maar die juist nu geen hulp zoeken. En ook de verantwoordelijkheid om hun kennis in te zetten, door psychosociale steun te bieden aan andere beroepsgroepen, of mee te denken over de implementatie van overheidsmaatregelen.

## WAT BETEKENT HET VOOR DE CLIËNT?

Aan de ene kant zien we signalen dat er minder mensen hulp zoeken. Aan de andere kant zien en horen we schrijnende verhalen over rouwverwerking bij dood zonder afscheid, kinderen die thuis niet veilig zijn, eenzame ouderen en mensen die hun baan kwijt raken. Problemen die ook op de langere termijn tot extra hulpvragen kunnen gaan leiden.

## WAT KAN HET NIP BETEKENEN VOOR LEDEN?

Het NIP is er om alle psychologen te ondersteunen. Dat doen we door vragen te beantwoorden, kennis te delen in de vorm van webinars, en specifieke tips te verzamelen. Bovendien zit het NIP meerdere keren per week samen met andere partijen aan de digitale gesprekstafel met VWS. We bespreken signalen die we van leden krijgen, en andersom kunnen we snel een vertaalslag maken van beleidsmaatregelen naar het werk van psychologen.

## JE WERKT ZELF OOK VANUIT HUIS, HOE BEVALT DAT?

Eigenlijk best goed. Maar ik ben me bewust van mijn luxe-situatie zonder opgroeiende kinderen thuis en een man die - behalve leuk - ook goed is in thuiswerken. Maar natuurlijk mis ik mijn collega's, en ook het directe contact met leden. Daar geniet ik altijd erg van, het is mijn levensader voor het werk. Zoomen gaat goed, maar het haalt het niet bij een persoonlijk gesprek of een hand op een schouder.

In het **themadossier Corona** verzamelen we informatie die voor jou als psycholoog nu van belang is. Het dossier wordt dagelijks aangevuld en geactualiseerd: [psynip.nl/coronavirus](https://psynip.nl/coronavirus)