

Lichtpuntjes in coronatijd

Hoe ervaren jij en je collega's de coronacrisis op het werk? En waar hebben zorgmedewerkers behoefte aan tijdens dit soort crises? Naast de opvallendste uitkomsten uit onze Coronamonitor, pikken we er per zorgbranche een bijzonderheid uit. Verrassing: niet alle gevolgen van corona zijn negatief.

Hoe zwaar en verdrietig de crisis ook is geweest, de gevolgen voor de zorg waren niet alleen kommer en kwel. Uit jullie respons blijkt namelijk dat er - gemiddeld genomen - minder werkdruk gevoeld werd. Hoe kan dit? Terwijl er eindeloos een beroep op jullie werd gedaan tijdens de coronapieak dit voorjaar? **Wat hielp is dat veel regels tijdelijk zijn losgelaten. Daardoor daalde de werkdruk. Ook verbeterde in veel organisaties het werkklimaat.** Leidinggevend en werkgevers zijn namelijk veel meer gaan communiceren met zorgmedewerkers. Ook gaven ze meer prioriteit aan gezond en veilig werken.



IZZ wil graag weten wat voor invloed werken in de zorg heeft op jouw gezondheid en welzijn. Daarom nemen we jaarlijks een enquête af onder zorgmedewerkers, de Monitor Gezond werken in de zorg. De editie 2020 hebben we uitgebreid met vragen over werken in coronatijd. 12.630 zorgmedewerkers vulden de enquête tussen half mei en half juni in.

Meer weten over ons onderzoek en de resultaten? Kijk op izz.nl/monitor

'De eerste weken werd mijn baan leuker. Er moest van alles gebeuren en beslissingen konden opeens snel genomen worden. Veel medewerkers hadden me nodig en ik kon veel betekenen voor anderen. Maar hoe meer de paniek begon te zakken en alles weer normaal werd, hoe meer de stroop in de organisatie terugkwam.'



Gehandicaptenzorg

Steun en schouderklopjes worden door iedereen op prijs gesteld. Deelnemers aan de Coronamonitor voelden zich het meest gewaardeerd door familie, vrienden en directe collega's. **Erkenning en waardering** van je leidinggevende en directie – een stimulans om met enthousiasme je werk te doen – werd iets minder ervaren.

Hetzelfde geldt voor de steunende woorden vanuit de regering, die nog het minst gevoeld werden door medewerkers uit de gehandicaptenzorg (GHZ). Ook in deze branche heeft corona een grote tol geëist, maar de regering sprak zich met name uit over de situatie in de ziekenhuizen en VVT.



Geestelijke gezondheidszorg

Als je in coronatijd vastliep en mentale ondersteuning zocht, konden velen van jullie daarvoor op het werk terecht. In ziekenhuizen was het vaakst hulp aanwezig (96%), in de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) het minst vaak (80%). De Coronamonitor laat zien dat jij en je collega's vooral behoefte hadden aan gesprekken met teamgenoten, de leidinggevende en jullie naasten. Het kan zijn dat in de nasleep van de coronapieak dit voorjaar de behoefte aan **mentale ondersteuning** wel is toegenomen. Dat weten we echter niet op basis van onze resultaten. Daarnaast heeft de ggz nog pech op een ander punt, zo laat de monitor zien. Want waar in coronatijd in meer dan de helft van de gevallen overuren werden uitbetaald, ging deze vlieger niet op in deze branche: daar werd slechts een derde van het overwerk betaald.



Ziekenhuiszorg

88% van alle deelnemers maakte zich **zorgen over een mogelijke coronabesmetting**. Daarbij vreesden jullie meer voor het besmetten van familie en vrienden, dan dat jullie angst hadden zelf het virus te krijgen. In de ziekenhuiszorg (ZKH) piekerden zorgmedewerkers het minst, ondanks de opzet van de speciale corona-afdelingen. Dit verschil kan komen doordat medewerkers in ziekenhuizen zich voldoende beschermd voelden: aan maskers en andere beschermingsmiddelen was immers geen gebrek. Hoeveel zorgmedewerkers liepen het virus uiteindelijk zelf op? Van de deelnemers dacht op het moment van het onderzoek 13,7% besmet te zijn geweest en bij 2,6% was dit ook vastgesteld met een test.



Verpleging, Verzorging en Thuiszorg

Een op de vijf deelnemers had in coronatijd last van onrustige of onderbroken nachten (21%). Het slechtst sliepen medewerkers in de Verpleging, Verzorging en Thuiszorg (VVT). In het algemeen kwamen **slaapproblemen** vaker voor bij zorgmedewerkers die direct contact hadden met corona-patiënten, die over onvoldoende beschermingsmaterialen beschikten en die vreesden voor coronabesmetting. Ook als je overuren maakte of op andere afdelingen werd ingezet, sliep je waarschijnlijk slechter.

Slechte nachtrust?

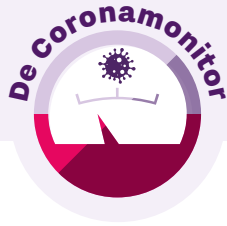
Met een IZZ Zorgverzekering kun je voor slaapadviezen terecht bij:



vgzvoordezorg.nl/izz/beter-slapen



cz.nl/slaapizz



88% van de zorgmedewerkers piekert over corona. Jij ook? Vroeg of laat kan dit je opbreken. Daarom vraagt IZZ bij zorgorganisaties aandacht voor gezond en veilig werken, het in gesprek gaan met elkaar over problemen én het uitwisselen van ervaringen. Zelf kun je ook iets doen. Bekijk de 5 lessen onderaan dit artikel.

57%
is bang vrienden en familie te besmetten

32%
is bang om zelf corona te krijgen

88% piekert over de gevolgen van corona (voor zichzelf en familie)



37% is in het werk in direct contact met besmette patiënten.

80% heeft voldoende beschermingsmiddelen



37%

80%

Voldoende beschermingsmiddelen

58%

59%

79%

86%

GHZ

GGZ

VVT

ZKH



Positieve punten

Ons onderzoek is tussen half mei en half juni gehouden. De zorg is na die periode in een iets rustiger vaarwater terechtgekomen. Het kan zijn dat pas na een piek de vermoeidheid goed merkbaar wordt of dat de gevolgen van corona anders gevoeld worden. Desondanks zijn er voldoende positieve punten in de Coronamonitor waarvan het goed is als jij en je collega's die weten vast te houden.

5 lessen om vast te houden!

1. Neem rust om op te laden en je ervaringen te verwerken.
2. Maak gebruik van extra mentale hulp als dat nodig is.
3. Behoud de saamhorigheid en zoek elkaar steeds weer op.
4. Denk kritisch mee: uit je zorgen en stel protocollen ter discussie.
5. Wees open, blijf in gesprek en vraag door als je te weinig informatie hebt. /

‘Mijn partner behoort tot de risicogroep en dat maakt mij heel erg bang voor corona. Ik zou het liefst mijn baan in het ziekenhuis per direct opzeggen. Maar dat kan niet. Ik vind dat veel van mijn collega's de regels niet hanteren en nonchalant zijn.’