ZORGEN VOOR JE MEDEWERKERS IS ZORGEN VOOR JE BEDRIJF

Het federale netwerk mentale gezondheid & werk

Cartografie van initiatieven rond mentale gezondheid en werk

Federaal Netwerk Geestelijke Gezondheid en Werk

Aanbevelingen

Omdat geestelijke gezondheid op het werk een belangrijke uitdaging is die gecoördineerde antwoorden vereist, gebaseerd op onderbouwde gegevens en met integratie van individuele, organisatorische en maatschappelijke dimensies, formuleert het Federaal Netwerk Mentale gezondheid en Werk, op basis van het onderzoek van wetenschappers van ULuik[1] en de uitwisseling tussen de instellingen die het netwerk vormen, een aantal vaststellingen en doet het zijn eerste aanbevelingen.

Beperk geestelijke gezondheid niet tot het concept van burn-out

Hoewel burn-out de belangrijkste zorg is op het gebied van geestelijke gezondheid op het werk, is het lang niet het enige fenomeen dat psychologisch leed bij werknemers kan veroorzaken. Chronische stress, depressie, angst en posttraumatische stress zijn allemaal aandoeningen die kunnen worden veroorzaakt door blootstelling aan psychosociale risico's en/of door gebeurtenissen in het leven, en die gevolgen kunnen hebben voor zowel het privé- als het beroepsleven.

Het is niet altijd eenvoudig om de oorzaak van dit leed te achterhalen, noch om in het doolhof van het aanbod op het gebied van geestelijk welzijn de middelen te vinden om hiermee om te gaan en de juiste begeleiding te krijgen.

Het Federaal Netwerk Geestelijke Gezondheid en Werk beveelt aan om voorlichtingscampagnes op te zetten om professionals en het grote publiek te informeren over de complexiteit van werkgerelateerde geestelijke gezondheid, om vroegtijdig gebruik van bestaande hulpbronnen te vergemakkelijken en om de verbanden daartussen te begrijpen.

Een beroep doen op bevoegde professionals

Bij het zoeken naar hulp kan de burger zich verloren voelen en niet weten tot wie hij zich moet wenden. Een simpele Google-zoekopdracht kan hem met een paar muisklikken naar allerlei verschillende initiatieven leiden, waarvan sommige, met twijfelachtige methoden en doelstellingen, ineffectief of zelfs gevaarlijk kunnen blijken te zijn. Het is vaak moeilijk om inzicht te krijgen in het opleidingsniveau en de ervaring van de hulpverleners die deze initiatieven leiden, met name wanneer het gaat om personen met een opleiding

Federale Overheidsdienst Sociale Zekerheid · Federale Overheidsdienst Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg · Volksgezondheid Veiligheid van de Voedselketen Leefmilieu · BOSA FOD Beleid & Ondersteuning SPF Stratégie & Appui · RIZIV · FEDRIS · Hoge Gezondheidsraad Conseil Supérieur de la Santé · Sociale Zekerheid Zelfstandige Ondernemers

waarvan de diploma's niet erkend zijn. Of het nu gaat om lichamelijke of geestelijke gezondheid, iedereen heeft het recht om van de professionals die hem of haar bijstaan in zijn of haar lijden (ongeacht de intensiteit ervan) te eisen dat zij over de vereiste kwalificaties beschikken om dit te doen.

Zowel voor de diagnose als voor de behandeling van werkgerelateerde psychische aandoeningen beveelt het Federaal Netwerk voor Geestelijke Gezondheid en Werk aan om de zichtbaarheid van de actoren op het gebied van preventie en zorg te verbeteren en pleit het voor het gebruik van een netwerk van professionals die beschikken over kennis, vaardigheden en ervaring op het gebied van klinische psychopathologie en arbeids- en organisatiepsychologie.

Verder kijken dan het individu

De onderzoekers en de resultaten van verschillende projecten die door federale instellingen zijn uitgevoerd, bevestigen dat persoonsgerichte interventies nuttig zijn en werknemers in staat stellen hun gezondheidstoestand daadwerkelijk te verbeteren. Zij benadrukken echter dat deze interventies, gezien de complexiteit van de wisselwerking tussen geestelijke gezondheid en werk, op de lange termijn ontoereikend zijn.

Het Federaal Netwerk Geestelijke Gezondheid en Werk pleit voor een geïntegreerde preventieaanpak waarmee de geestelijke gezondheid op het werk op een alomvattende manier kan worden aangepakt, waarbij niet alleen de individuele symptomen worden aangepakt, maar ook de diepere, systemische, organisatorische en maatschappelijke oorzaken van werkgerelateerde psychische stoornissen.

Het creëren van een gezonde en veilige werkomgeving, waarin de blootstelling aan psychosociale risico's zoveel mogelijk wordt beperkt en waarin maatregelen kunnen worden genomen wanneer deze risico's toch de gezondheid beïnvloeden, moet een prioriteit en een voortdurend aandachtspunt blijven voor organisaties. Dit is van cruciaal belang voor het behoud van de baan of een duurzame terugkeer naar het werk.

Vaardigheden op elkaar afstemmen, synergieën creëren en expertise ontwikkelen

Uit de werkzaamheden die door het Federaal Netwerk Geestelijke Gezondheid en Werk worden gevolgd, blijkt het nut van een multidisciplinaire aanpak, maar wordt ook het belang benadrukt van daadwerkelijke interdisciplinariteit ten dienste van de kwaliteit van de zorg en de begeleiding.

De kwestie van geestelijke gezondheid op het werk brengt een reeks actoren met elkaar in contact die elkaar aanvullen (actoren uit het bedrijfsleven, de preventiesector, human resources, de gezondheidszorg, …). Om hun gecoördineerde inzet mogelijk te maken, is een grondige kennis van hun respectieve bevoegdheidsgebieden en interventiegebieden vereist.

Daartoe beveelt het Federaal Netwerk Geestelijke Gezondheid en Werk aan om de uitwisseling tussen deze actoren te intensiveren en een gemeenschappelijke expertise te ontwikkelen op basis van geëvalueerde en wetenschappelijk onderbouwde praktijk. In dit verband benadrukt het netwerk het belang van verder onderzoek naar de doeltreffendheid van individuele en organisatorische interventies, met name die welke hun waarde hebben bewezen op het gebied van de algemene geestelijke gezondheid, maar waarvan de impact op de werkomgeving nog niet wetenschappelijk is geëvalueerd.

[1] Pirsoul, T., Parmentier, M., Durieux, N., Hansez, I., Leclercq, C., Vleugels, W., & Pichault, F. (2024). *Cartographie des initiatives en santé mentale et travail en Belgique*. https://orbi.uliege.be/handle/2268/326687

[1] Pirsoul, T., Parmentier, M., Durieux, N., Hansez, I., Leclercq, C., Vleugels, W., & Pichault, F. (2024). *Cartographie des initiatives en santé mentale et travail en Belgique*. https://orbi.uliege.be/handle/2268/326687