

10 september 2016

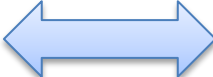
Najaarssymposium **STIMOG**

PTSS te Lijf

Lezing over
gezondheidsbeschermende factoren in het werk van
politiemensen en militairen.

Dr. Natasja Rietveld, socioloog

Opbouw deze Inleiding

- 1) Opdracht: 'Wat heb jij nodig om prettig te kunnen (blijven) functioneren (in je werk)!'
- 2) Onderzoek: 'Beschermende factoren voor de geestelijke gezondheid van militairen en politiemensen'
- 3) Uitkomsten opdracht  uitkomsten onderzoek?

Bewust van wat jij nodig hebt!

Wat zijn voor jou persoonlijk de belangrijkste voorwaarden om goed (dus voor jou prettig) te kunnen (blijven) functioneren (in je werk)?





Voorkomen is beter dan genezen

De geestelijke gezondheid van militairen en politiemensen: risico's en beschermende factoren

Natasja Rietveld

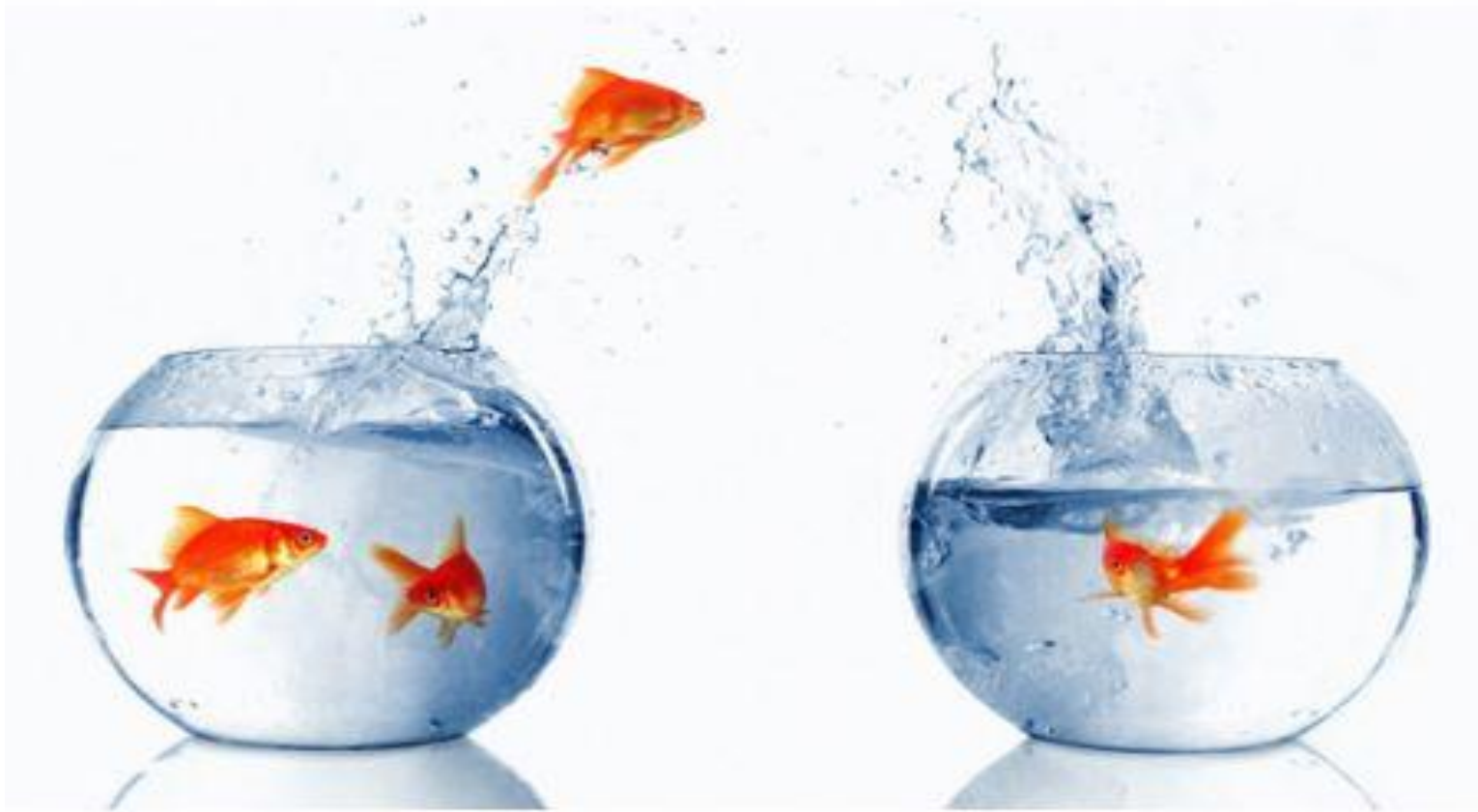


Doelstelling

Kennis voor optimalisering van de voorbereiding op en de ondersteuning tijdens militair- en politiewerk



Samenbrengen van kennis en ervaringen om de samenwerking tussen politie en defensie te stimuleren



Aanleiding

Wat cijfers

7% van de politiemensen is ziek thuis

-> gemiddeld 3,8% van de Nederlandse beroepsbevolking

Rond 7% van de politiemensen ontwikkelt PTSS als gevolg van het werk, rond 17% ontwikkelt andere geestelijke gezondheidsproblemen (zoals burn-out, depressie, angsten)

19% van de militairen ontwikkelt geestelijke gezondheidsproblemen gerelateerd aan uitzendervaringen

2 tot 5% van de militairen krijgt te maken met symptomen van PTSS

Verborgen ziekten

Geestelijke gezondheidsproblemen zijn onzichtbaar

Lastig te herkennen voor jezelf en voor je omgeving

Angst voor stigmatisering -> isolement/geslotenheid

Doorwerken met geestelijke gezondheidsproblemen is echter gevaarlijk! (wapen dragen, eerder boos, vermoeidheid)

Wat wilden we
weten?

Onderzoeksvragen

- 1) Wat leert onderzoek ons over de aard van **risicovolle werksituaties** voor de geestelijke gezondheid van militairen en politiemensen?
- 2) Wat leert onderzoek ons over de factoren die **beschermend** zijn voor de geestelijke gezondheid van militairen en politiemensen?
- 3) Welke **aandachtspunten** en **thema's** zouden een plaats moeten krijgen in training, opleiding en vorming van militairen en politiemensen in de voorbereiding op en in de ondersteuning van hun werk in binnen en buitenland?

Literatuurstudie



Welke studies relevant?

- Alleen wetenschappelijke publicaties
- Gepubliceerd tussen 2000 en 2015
- Centraal staat de relatie tussen werksituaties en de geestelijke gezondheid
- Politie mensen met executieve functies en (ex-) militairen met uitzendervaringen

Hoeveel?

149 empirische studies

95 publicaties over de geestelijke gezondheid van militairen en veteranen (11% Nederlandse studies)

54 studies over de geestelijke gezondheid van politiemensen (26% Nederlandse studies)

Onderzoek in ruim 17 landen

Australië, België, Canada, Denemarken, Finland, Groot Brittannië, Israël, Italië, Nederland, Nieuw-Zeeland, Noorwegen, Polen, Portugal, Slovenië, Zuid-Afrika, Zwitserland en (landen uit) de Verenigde Staten

Hoeveel?

41 empirische studies (15 over politiewerk) gaan expliciet over categorieën van risicovolle werksituaties van politiemensen en militairen en/of over factoren die de geestelijke gezondheid van politiemensen en militairen kunnen beschermen.

15 jaar wetenschappelijk onderzoek

Risicovolle werksituaties

- Voor militairen geldt dat niet-levensbedreigende situaties het meest belastend zijn (ervaren machteloosheid bij grootschalig leed en consequenties van besluiten bij morele dilemma's).
- Geweldsituaties vormen in mindere mate een bedreiging voor de geestelijke gezondheid van militairen.
- Levensbedreigende werksituaties vormen voor politiemensen een groter risico dan aanschouwen van intens verdriet en lijden bij burgers.

15 jaar wetenschappelijk onderzoek

Risicovolle werksituaties

De politieorganisatie zelf

- Gemis aan erkenning en waardering vanuit de organisatie
- Te grote werkdruk
- Inadequate uitrusting
- Niet steunend leiderschap
- Disbalans privé en werk
- Onzekerheden en consequenties functie/werk a.g.v. reorganisaties
- Gebrek aan intercollegiaal vertrouwen / Gebrek aan teambinding

De defensieorganisatie zelf

15 jaar wetenschappelijk onderzoek

Beschermende factoren



Steunend leiderschap & Erkenning en waardering



Relatie met collega's



(sociale) veiligheid
intercollegiaal vertrouwen
groepsbinding
moreel



Training en opleiding



Adequate fysieke en mentale training en opleiding:

Juiste vorm (functiegericht)

Juiste moment (loopbaangericht en afgestemd)

Juist verwachttingsmanagement (conform taakdoel, specifieke verantwoordelijkheid en rol)

Thuisituatie



Balans privé - werk

Steun voor gezin vanuit de organisatie

Steun van het gezin

Communicatiemogelijkheden bij uitzending

Weerbaarheid



Fysieke en mentale kracht

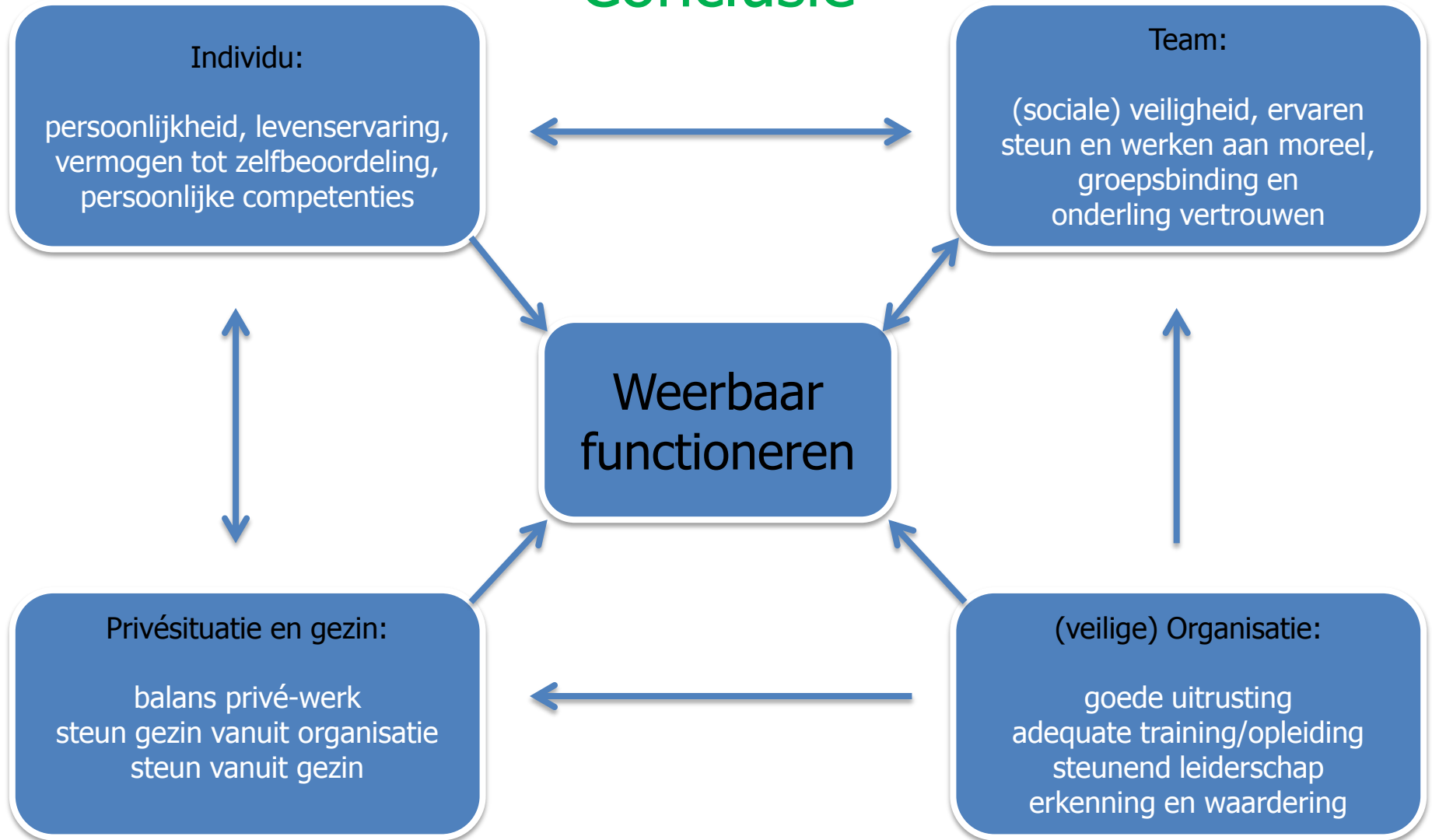
Weten wat jij (fysiek & mentaal) (aan)kunt

Weten wanneer het (fysiek & mentaal)
niet goed met je gaat

Dus kunnen reflecteren!

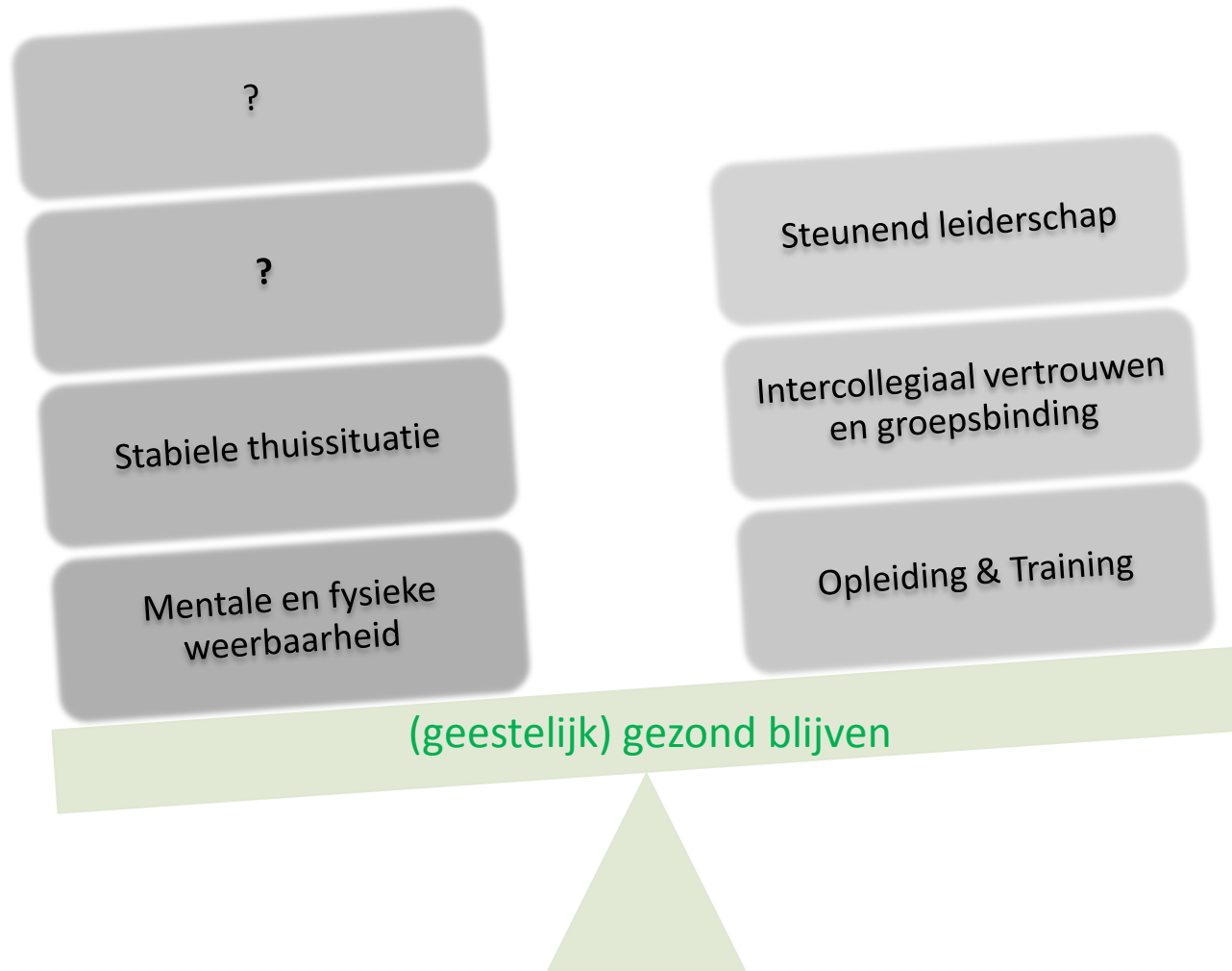
Weten wat jij nodig hebt om goed te
kunnen (blijven) functioneren!

Conclusie



15 jaar wetenschappelijk onderzoek

Wat heb je nodig?





Kracht

Ik sta hier aan een zwarte rand
waarvoor ik anderen zo graag behoed
wat machteloosheid met je doet
dat gaat voorbij aan het verstand

Betrokkenheid, de wil en moed
volharden samen hand in hand
ik ben hier niet voor niets beland
en doe voor iemand ergens goed

Die overtuiging, uitgesproken of bedeesd
maakt mijn doorzoeken nog gericht
van bagage die zo zwaar nooit is geweest

De onmacht knoopt mijn rugzak dichter
maar: aan touwtjes trek ik zelf het meest
en trots vertrek ik later weer wat lichter



**Voorkomen
is beter dan
genezen**

De geestelijke gezondheid van
militairen en politiemensen: risico's
en beschermende factoren

Dr. Natasja Rietveld,
socioloog

E-mail: n.rietveld@hr.nl

Website: www.natasja-rietveld.com