



Terugkijken: Webinar Teamreflectie



Zorgmedewerkers zijn gewend te zorgen voor anderen. Maar de zorg voor zichzelf schiet er nog wel eens bij in. “Het hoort bij het werk” is vaak de manier waarop ze omgaan met dood en verlies. Maar in de coronapandemie zijn de ervaringen heftiger. Teamreflectie helpt zorgprofessionals hun ervaringen te bespreken en verwerken. ‘Maak hier tijd voor, ook midden in de tweede golf’, zegt Claudia Gremmen, zorgmedewerker bij BrabantZorg. Claudia is een van de sprekers tijdens het webinar Teamreflectie, waarin de aanpak bij Brabantzorg centraal staat.

Bekijk meteen het [Webinar Teamreflectie](#) terug.

Veel zorgorganisaties zijn bezig met goed werkgeverschap en het behoud van medewerkers. In de regio Midden Brabant is in samenwerking tussen zorginstellingen en zorgkantoor VGZ de regionale aanpak teamreflectie ontwikkeld. Die aanpak blijkt – zeker in coronatijd – zeer behulpzaam voor medewerkers en de organisatie.

Direct zelf aan de slag

Als organisatie kun je nu ook zelf aan de slag met teamreflectie volgens het train-de-trainer principe. Daarvoor zijn de volgende materialen beschikbaar:

- Een trainershandleiding voor de train-de-trainer aanpak (pdf)
- Een begeleidende powerpointpresentatie bij de training
- Een werkboek met achtergrondinformatie voor de zorgmedewerkers (pdf). Hierin kunnen zij hun ervaringen en gevoelens opschrijven.

Teamreflectie is een manier om medewerkers in zorgteams te helpen praten en reflecteren op de impact van het werk in coronatijd. De omstandigheden waaronder gewerkt wordt zijn zo extreem, dat het voor veel medewerkers heftige tijden zijn.

‘Een vorm van goed werkgeverschap’, zo ziet Wilma de Jong, bestuurder bij BrabantZorg, het aanbieden van deze vorm van ondersteuning. ‘De omstandigheden waaronder gewerkt moet worden, het overlijden van bewoners als gevolg van het virus, het zijn zeer stressvolle zaken. Ik zie het als een morele plicht om onze mensen te helpen dit te verwerken.’

Verleiden

‘Aanvankelijk was er best wel scepsis bij de medewerkers om hieraan mee te doen’, vertelt Lucy van den Bosch, teammanager bij BrabantZorg. De organisatie zat midden in de eerste corona-brandhaard dit voorjaar. ‘Zorgmedewerkers denken vaak dat “het bij hun werk hoort” en gaan weer door. Ondanks alle hectiek zijn we midden in de eerste golf gestart met de voorbereidingen en invulling van de aanpak.’

Lucy: ‘Ik heb mijn teams gestimuleerd hieraan mee te doen, vanuit de overtuiging dat het kan helpen om die heftige periode goed te verwerken.’

‘Er was wel wat aarzeling, ook bij mij, om hieraan mee te doen’, beaamt Claudia Gremmen. ‘Ik was enerzijds blij dat de heftige periode achter ons lag en anderzijds vind ik ook dat omgaan met ziekte en dood bij mijn werk hoort. En zo zaten de meeste collega’s erin. Toch zijn we op advies van Lucy het gesprek aangegaan met de coach. En toen werd ook direct duidelijk hoeveel impact de corona-uitbraak op iedereen heeft gehad.’

Claudia: 'Voor het eerst was er plek voor iedereen om te vertellen wat het met haar of hem heeft gedaan. Dat was heel waardevol en nodig, denk ik. Het zat bij de meeste mensen veel hoger dan ik had gedacht, ook bij mezelf.'

Nu de tweede corona-golf in volle gang is, is het van groot belang teamreflectie onder de aandacht van medewerkers te blijven brengen. 'Door er over te vertellen, met name door de mensen die aan de eerste sessies hebben meegedaan', zegt Lucy van den Bosch. 'Zij zijn de ambassadeurs van teamreflectie. 'Ik heb echt niemand gehoord die er niets aan heeft gehad. De collega's waarderen het enorm; ze voelen zich gehoord.'

Leren van elkaars ervaringen

Onder leiding van Noud van Hecke, coach en arbeids- en organisatiepsycholoog, zijn inmiddels zo'n 35 teams bij BrabantZorg met elkaar in gesprek gegaan. Ook in andere regio's en organisaties zijn dergelijke (gelijksoortige) trajecten opgestart. 'Het is belangrijk dat de ervaringen benoemd en hardop gedeeld worden. Vaak denken mensen "het gaat wel", maar als het gesprek eenmaal op gang is, komt er veel los. De focus in teamreflectie ligt op het omgaan met stress. Goed voor jezelf en voor elkaar zorgen is daarbij het uitgangspunt. Een maatje of een buddy is een van de instrumenten om die steunfunctie te mobiliseren. Door ervaringen en inzichten te delen haal je kracht uit elkaar en het team. Herkenning en leren van elkaar zijn daarbij helpend: hoe ga jij daarmee om?'

De eerste sessie teamreflectie duurt drie uur. 'Die vlogen om', aldus Claudia Gremmen. 'Het was fijn dat de bijeenkomst door een onafhankelijke begeleider werd geleid. Dat zorgt voor nog meer openheid. Bij je teamleider ga je je misschien toch wat groter voordoen.' Na een paar maanden volgt standaard een tweede bijeenkomst van twee uur, waar de teamleden met elkaar spreken over de vorderingen. Bij BrabantZorg hebben inmiddels twintig teams ook die tweede sessie gedaan en volgen de andere teams snel.

Teamreflectie helpt bij het verwerken

De aanpak van teamreflectie is gebaseerd op de opvang en begeleiding van militairen die zijn uitgezonden op buitenlandse missies. Ook zij krijgen te maken met extreme situaties en doden. 'Terwijl zij misschien wel beter zijn voorbereid op deze situaties', zegt Noud van Hecke. 'De corona-uitbraak is iedereen overkomen; dit was nooit eerder gebeurd.'

Nu de tweede golf in volle gang is, weten zorgmedewerkers wellicht beter wat hen te wachten staat. En hoewel bij veel zorgorganisaties opnieuw alle handen op de werkvloer hard nodig zijn, pleit Claudia Gremmen ervoor om ook nu aan de slag te blijven met teamreflectie. 'Het kan mensen zoveel sterker maken en helpen de indrukken en ervaringen te verwerken, waardoor ze er later misschien minder last van hebben. Je bent je daardoor bewuster wat het met jezelf en collega's doet. Daardoor kun je soms, ook in de waan van de dag, omkijken naar elkaar en zien hoe je collega's eraan toe zijn. Niet iedereen is zo sterk als hij zich voordeet.'

Ook Wilma de Jong ziet de voordelen van Teamreflectie direct terug in de praktijk: 'Er is minder spanning in de organisatie en de teams. Mensen voelen zich veilig en gaan eerder het gesprek aan met elkaar over hoe gaat het. Dat helpt bij het voorkomen van uitval. Het ziekteverzuim dat gerelateerd is aan spanningen is omlaag gegaan.'

Veerkracht

Zoals bij vrijwel alle zorgorganisaties heeft BrabantZorg geestelijk verzorgers en psychologen in dienst die medewerkers kunnen helpen. Maar die vorm van ondersteuning richt zich hoofdzakelijk op individuele vragen en klachten. De kracht van teamreflectie zit 'm juist in het gezamenlijk terugblikken en mobiliseren van steun binnen het team. 'We blijven dit aan onze medewerkers aanbieden zo lang als de corona-uitbraak duurt', zegt Wilma de Jong. 'Of we teamreflectie een vast onderdeel kunnen maken is iets waar we nu naar kijken. Reflectie is een vast onderdeel van teamontwikkeling. Nu is dat heel erg gefocust op de impact van corona. Het heeft in ieder geval zijn waarde bewezen om de veerkracht van teams te versterken.'

Doe het samen

Gezamenlijkheid is een belangrijk ingrediënt van de aanpak binnen teamreflectie. Het delen van ervaringen, herkenning van ervaringen en steun mobiliseren bij collega's maken de aanpak effectief. 'Iedereen die heeft meegedaan, was na afloop heel erg positief', stelt Lucy van den Bosch.

Voor grotere organisaties is het makkelijker om teams drie uur vrij te roosteren. Toch zouden ook kleinere organisaties hier gebruik van moeten maken 'Doe het samen', adviseert Wilma de Jong. 'Net als je samen een specialist oudergeneeskunde of een fysiotherapeut inschakelt, kun je ook mensen uit verschillende teams en organisaties bij elkaar brengen. De ervaringen en gevoelens zullen herkenbaar zijn en overeenkomsten vertonen. Door dat te kunnen delen, bied je medewerkers steun en perspectief. Het helpt ze om weer vooruit te kunnen, ook nu het weer alle hens aan dek is. Wat mij betreft zijn we dat verplicht aan iedereen die zo zijn best doet om deze extreme situatie het hoofd te bieden.'

Tips uit het webinar

- Claudia Gremmen: 'Besteed ook in de tweede corona-golf aandacht aan teamreflectie'
- Lucy van den Bosch: 'Stimuleer je teams actief om hieraan mee te doen'
- Wilma de Jong: 'Zoek als kleine organisatie samenwerking met anderen om teamreflectie te kunnen aanbieden'

Door: Paul van Bodengraven

Webinar Teamreflectie terugkijken

Op 30 oktober 2020 vond het webinar Teamreflectie plaats met daarin het voorbeeld van BrabantZorg. Met daarin de volgende sprekers aan het woord: bestuurder Wilma de Jong, teammanager Lucy van den Bosch en zorgmedewerker Claudia Gremmer. Ook de externe trainer Noud van Hecke gaf tijdens het webinar een toelichting over teamreflectie.

Bekijk het webinar hieronder terug.

- [Bekijk de presentatie van het webinar Teamreflectie \(pdf\)](#)

Meer weten

- Bekijk het [webinar Teamreflectie](#) en download de [bijbehorende presentatie](#) (pdf)
- [Wil je zelf binnen je organisatie met teamreflectie aan de slag?](#) Download en gebruik dan de ondersteunende materialen:
 - [de trainershandleiding](#) (pdf)
 - [de begeleidende powerpointpresentatie](#)
 - [het werkboek voor zorgmedewerkers](#) (pdf)
- Lees ook het artikel over de [pilot teamreflectie in Brabant](#)
- Lees ook het artikel [Teamreflectie: Hoe als team verder na corona?](#)
- Bekijk de [CoronaWegwijzer](#) met alle informatie, tools, handreikingen en praktijkverhalen over corona in het verpleeghuis
- Als het gaat om teamreflectie, kunnen de collega's van Waardigheid en trots in de regio met je meedenken bij een aantal zaken of je verder helpen. [Check dit op de pagina over corona-ondersteuning.](#)

tags:

[BrabantZorg](#) (16), [Corona](#) (219), [Veiligheid](#) (122)

thema's:

Leiderschap, governance en management (92), Personeelssamenstelling (66)