



Wat?

Het vergroten van kennis en bewustzijn over stress en het omgaan met stress in relatie tot de complexiteit van het werk bij professionals werkzaam in de JeugdzorgPlus. Daarnaast ook gezamenlijk leren en reflecteren op wat er nodig is om professionals te ondersteunen in de complexiteit van hun werk (vakmanschap).



Hoe?

1. Ontwikkelen van een blended stressmanagementtraining voor professionals werkzaam in de gesloten jeugdzorg waardoor zij spanning kunnen herkennen en reguleren.
2. Onderzoek naar de effectiviteit van de toepassing van een stressmanagementtraining in combinatie met een gepersonaliseerde smartwatch biofeedback interventie (Sense-IT) in de gesloten jeugdzorg.



Waarom?

Voor de kwaliteit van zorg aan jongeren met complexe problematiek, en het welbevinden van professionals zelf, is het van groot belang dat professionals voldoende ondersteund worden in hun dagelijks werk. Bewustwording en zelfregulatie van eigen spanningsopbouw ondersteunen professionals in het omgaan met de complexe praktijk waarin zij werken, bevorderen leren en ontwikkelen bij professionals (ook op teamniveau), en dragen daarnaast ook bij aan de preventie van spanningsklachten en uitval.



Resultaten

1. Door middel van ontwerponderzoek, literatuuronderzoek, interviews met stakeholders en meelopen met professionals in de jeugdzorg zijn inzichten verkregen om een bestaande stressmanagementtraining aan te passen zodat spanningen in de context van gesloten jeugdhulp beter kunnen worden herkend en gereguleerd. Doorontwikkeling van de stressmanagementtraining volgt.
2. Evaluatie van bestaande biofeedback tools om te kijken of deze werkbaar en haalbaar zijn voor professionals in de Jeugdzorg Plus. Op basis hiervan is er gekozen om te werken met Sense-IT. Via een feasibility studie Sense-IT bij De Koppeling en single case studies zal de werking van Sense-IT worden onderzocht.



Lessen geleerd uit de StroomOp beweging

De energie en de wens om in beweging te komen is inspirerend. De combi tussen 'meten is weten' en 'doe meer met ongeveer' spreekt mij enorm aan. Soms moet je gewoon beginnen ook al weet je het nog niet.

Daarnaast vind ik de nadruk op vakmanschap en de professionele identiteit van de medewerker heel waardevol. Evidence based werken werkt alleen als de professional zich bekwaam en veilig genoeg voelt om hierbinnen eigen afwegingen te maken en per situatie alle overwegingen mee te nemen.



'De combi tussen "meten is weten" en "doe meer met ongeveer" spreekt mij enorm aan.'