



Initiatieven omtrent mentale zorg tijdens COVID-19: Wat kan het klinisch veld betekenen?

ERNST H.W. KOSTER

ONLINE HULPVERLENING 26/10

PSYCHOPATHOLOGY AND
AFFECTIVE
NEUROSCIENCE LAB

UNIVERSITEIT GENT

PRAKTIJK DE BURCHT
HERZELE & ZOTTEGEM



MIND THE GAP

Coronacrisis

Zorgnoden:

- ▶ Stressweerbaarheid van zorgverleners
- ▶ Psychische nazorg van patiënten na doormaken van ernstige COVID 19 klachten/opname

Uitdagingen:

- ▶ Empirisch ondersteunde behandeltechnieken
- ▶ Snelle uitrol crucial

Mogelijkheden:

- ▶ Samenwerking van actoren (wetenschappers, clinici, zorg management, etc)
- ▶ Online opties: E-health, Open science en ...Facebook

CODE

CBT-based One-session Distress tolerance for Emergency responders):

Open Access Behandelprotocol

- ▶ Ontwikkeld door Michael Mullarkey (UT at Austin)
- ▶ **Open access:** Beschikbaar op Open Science Framework
- ▶ Doelstelling: Mogelijkheid tot flexible aanpassingen

Vertaling: **Korte Interventie voor Stresshantering bij Crisis**

Ernst Koster, Anouk Vanden Bogarde, Pauline Stas, Mogane De Kesel,
Simon De Winter

- ▶ **Open access:** Beschikbaar op Open Science Framework

Van CODE naar PILLAR

Volgende stappen:

- ▶ Facebook groep: Klinisch Psychologen Vlaanderen (> 5000 leden)
- ▶ Informatie voor de doelgroep => Artikel in *Nursing*
- ▶ *Preregistered trial (Mullarkey et al., Nat Hum Beh)*

Bothrs:

Ontwikkeling van CODE naar een **Chat-format:**

- ▶ Verhoogde toegankelijkheid + anonimiteit
- ▶ Vergroten van het bereik
- ▶ Sterktes van een behandelprotocol binnen een persoonlijk contact
- ▶ www.pillar.chat

Wat mensen ons vragen?

Pillar

Waarom Pillar?

Hoe werkt het?

FAQ

Prat over

Zorg voor zorghelden

Zorgverleners staan in de voorlijn tijdens de COVID-19 crisis. De druk op de zorg samen met de angst voor besmetting kunnen zorgen voor stress, angst en slaapkachten. Gezien de onvoorspelbare duur van de crisis is zelfzorg en stresshanting essentieel.

Start een gesprek



WAAROM PILLAR

Jullie zorgen voor ons, wij zorgen voor u.

Jullie staan in de voorlijn. Getraind om professioneel te handelen in zeer moeilijke omstandigheden. Maar een mens is ook maar een mens en stressreacties zijn een logisch verschijnsel. We kunnen wat ondersteuning bieden om hier op een gezonde manier mee om te gaan. Zoekt u een hulder, een gekeurde steun in

In deze
vragen.

mp met stress

oor bundelden we heel wat
op deze site!

ie suggesties op deze
ite "evidence-based"?

ehale programma is nieuw
de technieken zijn gebaseerd
ed onderzochte CBT
leken!



Hoe hou ik deze situatie vol?
"Door goede zelfzorg in combinatie met een aantal technieken"



Vervangt dit face-to-face hulp?
"Nee, je vindt hier heel wat tips maar bij ernstige/aanhoudende klachten pak je best contact met de huisarts"

METHODOLOGIE

Ondersteund door een team van experts.

- ✓ **Wetenschappelijk bewezen aanpak.**
Het programma voor stresshanting werd uitgewerkt door Michael Mullarkey (University of Texas at Austin). Dit is vertaald en bewerkt door Ernst Koster en Wouter Duyck.
- ✓ **Studenten klinische psychologie.**
De chat wordt ondersteund door vrijwilligers. Deze bestaan grotendeels uit studenten klinische psychologie van Universiteit Gent die hun behouding mee ondersteunen.

Van CODE naar PILLAR

Volgende stappen:

- ▶ Studenten 3e BA, MA klinische psychologie
- ▶ Vak “Praktijk van de Klinische Psychologie” (Prof Barbara Declercq)
- ▶ Training van studenten binnen context van community service learning = Uitgebreide manual
- ▶ Beta testing met verschillende Gentse ziekenhuizen
- ▶ Overweging van integratie binnen www.dezorgsamen.be
- ▶ Verdere ontwikkeling PILLAR

Psychische Nazorg COVID-19

British Psychological Society:

- ▶ Multidisciplinaire zorgrichtlijn
- ▶ Praktijk De Burcht: Vertaald + Beschikbaar gesteld



Psychische Nazorg COVID-19

- ▶ BEHANDELLEIDRAAD **PSYCHOLOGISCHE OPVANG NA COVID 19 OPNAME (POCO)** (Vanden Bogaerde, Van Hamme, Stas & Koster)
- ▶ Integratief model om verschillende psychische klachten te kaderen (angst, depressie, vermoeidheid, etc.)
- ▶ Aansluitend bij een Proces-based benadering
- ▶ Individuele assessment => Behandelopties
- ▶ Verschillende workshops voor het klinische veld

Meer info:

<http://www.praktijkgedragstherapieherzele.be/corona.html>

Concluderend

Coronaris als interessant leermoment:

- ▶ De “gap” tussen Wetenschap en Praktijk hoeft niet groot te zijn
- ▶ Met verenigde krachten kunnen we relevante interventies ontwikkelen en op grote schaal dissemineren
- ▶ Online mogelijkheden kunnen een belangrijke faciliterende werking hebben
- ▶ Co-creatie kan erg leerzaam zijn voor verschillende partijen
- ▶ Laat ons ondanks de digitale focus niet te binair denken:
 - ▶ Is digital zaligmakend?
 - ▶ Zijn we ondanks lockdown toch verbonden gebleven?

ACKNOWLEDGEMENT:

Ghent University:

- Anouk Vanden Bogaerde
- Pauline Stas
- Barbara Declercq
- Lien Faelens
- Vrijwilligers & studenten



Contact:
Ernst.Koster@UGent.be

Bothrs & Pillar:

Stef Nimmegeers
Sara van de kerckhove



UT at Austin:

Michael Mullarkey



Praktijk De Burcht:

Anouk vanden Bogaerde
Pauline Stas
Mogane De Kesel
Simon De Winter
Charlotte Van Hamme

