

# IMPACT VAN ZORGEN OP ZORGMEDEWERKERS

Resultaten uit interviews met zorgmedewerkers (N=16), werkzaam bij verschillende verpleeghuizen in Noord-Nederland, over wat het met hen doet om te zorgen voor anderen.

## Welke impact kan het zorgen hebben op het gevoel van zorgmedewerkers?

### Positief:

- Van betekenis voelen
- In je element voelen (trots en zelfvertrouwen)
- Gewaardeerd voelen
- Saamhorigheidsgevoel

### Negatief

- Gevoel dat je tekortschiet
- Gevoel dat er over je grenzen wordt gegaan
- Niet gesteund voelen
- Ondergewaardeerd voelen
- Moeheid: fysieke en mentale klachten.

## Welke factoren zijn van invloed op de energie om te zorgen op werk én thuis?

### Werk:

- Persoonlijke eigenschappen
- Relatie met cliënt en familie van cliënt
- Steun van team
- Steun van leidinggevende en management
- Steun op organisatieniveau.

### Thuis

- Zorg voor
  - (Klein)kinderen
  - Mantelzorg
- Zorgen over
  - Financiële situatie
  - Relaties

Zie ook de verdieping op de volgende bladzijde!

## Welke strategieën gebruiken zorgmedewerkers om energie te behouden bij het zorgen voor anderen?

### Individueel niveau:

- Grenzen aangeven
- Hulp inschakelen
- Voor jezelf kiezen (opkomen voor jezelf, tijd maken voor jezelf en/of jezelf ontwikkelen)
- Ontspanning en afleiding

### Organisatie niveau:

- Teamsfeer verbeteren
- Ondersteuning bij incidenten met cliënt
- Bevorderen van familieparticipatie
- Aandacht voor gezonde roosters



## Verdieping:

Welke factoren zijn van invloed op de energie om te zorgen op **werk én thuis** ?



### Persoonlijk

- Karakter
- Autonomie
- Zeggenschap
- Persoonlijke ontwikkeling
- Werk-privé balans

### Organisatie

- Ondersteuningsprogramma's (o.a. psycholoog inzetten bij team overleggen, coach onbegrepen gedrag, aangepast MIM proces, teambonding activiteiten)
- Administratie
- Personeelscapaciteit

### Cliënt en naasten van cliënt

- Relatie met cliënt
- Het kunnen bijdragen aan de kwaliteit van leven van de cliënt
- Relatie en samenwerking met naasten van cliënt

### Thuisituatie

- Zorgverantwoordelijkheden kunnen delen met anderen
- Financiële, relationele zorgen

### Team

- Teamgevoel (o.a. aandacht voor persoonlijke situatie, omkijken naar elkaar)
- Samenwerking (o.a. taken kunnen verdelen)

### Leidinggevende en management

- Ruimte om gesprek aan te gaan
- Opvolging van afspraken
- Duidelijke communicatie rondom veranderingen

Meer weten?

[y.van.dijk@umcg.nl](mailto:y.van.dijk@umcg.nl)  
of scan de QR code

