

De veerkrachtige psychiater



ARTIKEL



LITERATUUR

- Howard R, Kirkley C, Baylis N. Personal resilience in psychiatrists: systematic review. BJPsych Bull 2019; doi:10.1192/bjb.2019.12.

AUTEURS

CHRISTIAAN H. VINKERS

LOT DE WITTE

E-mail: c.vinkers@amsterdamumc.nl

Deze rubriek komt tot stand in samenwerking met De Jonge Psychiater (www.dejongepsychiater.nl).



De Jonge Psychiater

Waarom dit onderzoek?

Een recente enquête van De Jonge Psychiater liet zien dat een substantiële groep Nederlandse psychiaters last heeft van stress, burn-out en psychische klachten. Voor de behandeling en preventie hiervan is het belangrijk om te begrijpen welke factoren hierbij een rol spelen. Howard e.a. (2019) brachten deze factoren nader in kaart.

Onderzoeksvraag

Welke factoren beïnvloeden de veerkracht van psychiaters?

Hoe werd dit onderzocht?

Systematisch beschrijvend literatuuronderzoek in de Ovid-, Embase-, CINAHL- en PsycINFO-databases naar empirische studies in de afgelopen 15 jaar over psychiaters in relatie tot stress, burn-out en psychische klachten.

Belangrijkste resultaten

De hoeveelheid en de kwaliteit van de gevonden studies waren over het geheel niet indrukwekkend: 33 studies met psychiaters (in opleiding) die grotendeels gebaseerd waren op zelfrapportage. Toch waren er wel consistente resultaten. Vergeleken met andere artsen waren psychiaters bovengemiddeld tevreden met hun vak. Tegelijkertijd hadden ze gemiddeld genomen ook meer last van stress, vaker last van depressies en gebruikten meer psychofarmaca. Vooral beginnende en vrouwelijke psychiaters hadden meer stressklachten. Opvallend was dat forensisch psychiaters juist minder stressklachten leken te rapporteren. Naast persoonlijkheidskenmerken (zoals te weinig empathie en niet-functionele coping) waren ook de persoonlijke omstandigheden van een psychiater belangrijk. Een steunende partner, hobby's en vakanties verhoogden de veerkracht. Daarnaast bleek de werkomgeving van grote invloed op de veerkracht van de psychiater, waarbij de veerkracht verlaagd werd door bijvoorbeeld werkbelasting, lange uren draaien, omgang met agressieve patiënten, gebrekkige steun binnen de organisatie, beperkte visie binnen de instelling, een geïsoleerde werkplek en een gebrek aan administratieve ondersteuning.

Hoe zal dit onderzoek ons vak veranderen?

Dit onderzoek laat zien wat velen van ons eigenlijk al weten: naast de aard van het beestje is de omgeving van groot belang voor een veerkrachtige psychiater. Alleen al daarom heeft een generieke stressreductiemethode weinig kans van slagen. Om de geestelijke gezondheid van psychiaters te vergroten en uitval te verkleinen is het belangrijk om niet alleen naar het individu te kijken, maar ook naar de (collectieve) omgeving waarin psychiaters verkeren. Voor de hand liggende oplossingen zijn meer autonomie en invloed op het werk, minder administratieve lasten, en meer onderlinge cohesie en continuïteit binnen ggz-instellingen.