Mental well-being and resilience during COVID 19 pandemic among first-year GP trainees. Mentaal welzijn en veerkracht tijdens de COVID19 pandemie bij HAIO's in het eerste jaar van hun opleiding.

Haio: PYPE Lauren , U.G.
Promotor: PYPE Peter , U.G.
Praktijkopleider: Hoogmartens Wouter , SCHISSLER Thierry , Sinnesael Karen , VAN DE MAELE Kris , VANDERHAEGEN Hilde , Vanhee Hanne

Context: Tijdens de opleiding komen HAIO's, voor veel uitdagingen te staan. Welke invloed deze uitdagingen hebben op hun mentaal welzijn en veerkracht werd slechts beperkt onderzocht. Wat wel uitgebreid wordt beschreven is de invloed van de COVID-19-pandemie op mentaal welzijn bij zorgpersoneel maar ook enkele risicofactoren voor verminderd mentaal welzijn. Om mentaal welzijn en veerkracht na ingrijpende gebeurtenissen hoog te houden, worden in de literatuur enkele copingstrategieën beschreven om veerkracht te behouden, opnieuw niet bij huisartsen-in-opleiding.

Onderzoeksvraag: Dit onderzoek zal mentaal welzijn, veerkracht, copingstrategieën, predictoren voor goed en slecht functioneren bij HAIO's in kaart brengen. Maar ook op basis van de resultaten enkele aanbevelingen doen om de opleiding te optimaliseren.

Methode: Dit kwalitatieve onderzoek is deel van een hoofdonderzoek, nl. "Mentale gezondheid en veerkracht tijdens de coronapandemie bij eerstejaars huisartsen-in-opleiding". Na verkrijgen van toestemming van het ethisch comité werd een voorbereidende literatuurstudie verricht voornamelijk op de database PubMed. Voor het verzamelen van gegevens voor de één-op-één diepte interviews werd een informed consent gevraagd. Van de 12 personen die toestemming gaven, werden uiteindelijk 10 interviews ingepland. Deze interviews werden afgenomen via Microsoft Teams a.d.h.v. een topic guide, getranscribeerd, gecodeerd en geïnterpreteerd.

Resultaten: Uit dit onderzoek blijkt dat huisartsen-in-opleiding veerkrachtig reageren op moeilijke momenten en life events. Sommigen van hen ondervinden kortdurend symptomen van stress. Enkele kenmerken maken dat sommige huisarsten-in-opleiding hier kwetsbaarder voor zijn, nl. gebrek aan steun van de praktijkopleider, gebrek aan sociale steun vanuit de privé omgeving, een ongezonde perfectionistische persoonlijkheid, onzekere persoonlijkheid, stressgevoelig, hoge werkdruk, academische verplichtingen. Om hun veerkracht te behouden maken huisartsen-in-opleiding gebruik van enkele copingstrategieën, zoals ventileren, open communicatie, voldoende vrijetijdsbesteding.

Conclusie: Hoe het gesteld is met het mentaal welzijn van de huisartsen-in-opleiding die geïnterviewd werden, lijkt afhankelijk van 3 grote groepen beïnvloedende factoren, nl. het wel of niet voorkomen van bepaalde life events, enkele persoonlijkheidskenmerken en kwaliteit van de opleidingspraktijk. Wanneer negatieve gebeurtenissen voorkomen, reageren HAIO's veerkrachtig, sommigen hebben kortdurend last van stijging van hun stressniveau, anderen niet. Copingstrategieën die werden gebruikt om mentaal welzijn en veerkracht te behouden kunnen verdeeld worden in twee groepen nl. zelfzorg en open communicatie.