Burn-out preventie bij studenten geneeskunde, huisartsen-in-opleiding en arts-specialisten in opleiding Ontwikkeling van interventies via co-creatie workshops

Haio: VAN DEN ACKER Sofie , KUL
Promotor: GODDERIS Lode , KUL
Praktijkopleider: CASTEELS Kristina , Lissens Ann , VAN BEIRS Ann

Context: Het risico op het ontwikkelen van mentale problemen ligt hoger bij de opleiding geneeskunde dan bij andere opleidingen. Een van de meest besproken problemen is burn-out, een syndroom dat meestal gedefinieerd wordt aan de hand van drie dimensies: emotionele uitputting, cynisme en verminderde professionele bekwaamheid. Zowel werkgerelateerde als persoonlijke factoren dragen bij aan het ontstaan van burn-out. Gevolgen van burn-out zijn onder andere medische fouten, uitval/stoppen met de opleiding, middelenmisbruik, verminderde empathie en suïcidaliteit. Interventies ter preventie worden vaak ontwikkeld zonder de doelgroep te betrekken, wat de effectiviteit beperkt. Door middel van co-creatie kunnen interventies een groter draagvlak krijgen gezien de doelgroep betrokken wordt in het ontwikkelingsproces. Deze studie onderzoekt welke factoren bachelor en master studenten geneeskunde, Huisartsen In Opleiding (HAIO's) en Arts-Specialisten in Opleiding (ASO's) als werkeisen en hulpbronnen ervaren. En daarnaast welke interventies zij ontwikkelen om deze problemen aan te pakken. Op heden onderzocht de literatuur meer individuele interventies.

Onderzoeksvraag: - Welke factoren worden door bachelor/master studenten geneeskunde, HAIO's en ASO's als werkeis of hulpbron ervaren voor het mentaal welzijn? - Welke interventies worden er via co-creatie ontwikkeld door bachelor/master studenten geneeskunde, HAIO's en ASO's om het mentaal welzijn te verbeteren?

Methode: Er werden drie workshops georganiseerd in vier verschillende cohorten (n=78): eerstejaars bachelor studenten geneeskunde (n=12), eerstejaars masterstudenten (n=14), eerstejaars HAIO's (n=14) en eerstejaars ASO's (n=38) op basis van het co-creatie proces. De eerste workshop bestond uit een probleemexploratie, de tweede workshop was een ideeëngeneratie voor mogelijke interventies en tot slot werd er gedurende de derde workshop een aantal interventies via prototyping uitgewerkt. Via opnames (beeld en klank) van de workshops werd nadien een tekstueel verslag gemaakt door middel van transcriptie. De op deze manier verzamelde data werden nadien kwalitatief geanalyseerd volgens het proces van Dierckx met behulp van het programma Nvivo.

Resultaten: Vanuit de in totaal 78 deelnemende studenten geneeskunde, HAIO's en ASO's kwamen verschillende thema's naar voor die als werkeisen en hulpbronnen voor het mentale welzijn werden gezien. Verschillende thema's werden besproken zoals manier van communiceren, manier van lesgeven en bevragen, werk- en tijdsdruk en de vroegere visie op het arts-zijn. Interventies werden ontwikkeld op zowel persoonlijk vlak (gezondheidsopvolging, persoonlijke coach) als op organisatorisch/structureel vlak (pass/fail grading, beperken detailkennis, mentorsessies, duidelijkere communicatie).

Conclusie: In deze cross-sectionele cohorte studie werd aan de hand van co-creatie workshops nagegaan welke werkeisen/hulpbronnen studenten geneeskunde, HAIO's en ASO's ervaren tijdens hun opleiding. In onze studie werden gelijkaardige werkeisen en hulpbronnen vermeld als in de literatuur en werden zowel organisatorische als individuele interventies ontwikkeld om burn-out te

voorkomen. Er is nood aan meer onderzoek naar organisatorische interventies en combinatie van individuele en organisatorische interventies in het voorkomen van burn-out in deze populatie. In de toekomst kunnen deze interventies nog verder uitgebreid en geïmplementeerd worden door de universiteiten, gezondheidszorg en maatschappij. Het proces van co-creatie kan helpen om interventies te ontwikkelen die geschikt zijn voor de noden van de doelgroep en bieden zo mogelijkheid tot implementatie in andere opleidingen of arbeidssectoren.