

Poli+ Dagboekje Behandelen in “Coronatijden”

Ook wij kunnen op dit moment onze patiënten (met psychische stoornissen en zwakbegaafdheid of een lichte verstandelijke beperking) niet face tot face behandelen.

Wij ervaren net als alle andere GGZ behandelaars momenten van “digibeten faalangst” en een hoofd (en computer) waarbij duidelijk sprake is van een *system overloaded*. Maar ook wij hebben fijne momenten van “aha-erlebnissen”, creatieve inzichten en oplossingsgerichtheid. En wat ben ik blij met ons Poli+ team! Voor nu zijn de momenten van samen even “Zoomen” goudwaard en voldoende om de dag weer door te komen.

Onze patiënten reageren allemaal eigenlijk (hoe kan het ook anders!) heel verschillend. Mijn eerste belafpraak was met een patiënt die er boos van werd dat hij niet meer naar mij toe kon komen. Hij vond dat (op z'n Leids met een forse rollende R) *tering* stom! Bij navraag en uitleg had hij overigens alle begrip. De ene patiënt wil eigenlijk niets weten van bellen of beeldbellen, de ander groeit er (net als wij) naar toe en een derde blijkt al bellend veel gemakkelijker te praten dan face tot face. Maar er zijn er ook die thuis geen eigen rustige plek hebben om te bellen, geen internet om te beeldbellen of nu plots thuis te zitten bij ouders thuis i.p.v. in het eigen appartement of thuis zijn met alle kinderen die ze moeten ondersteunen bij schoolwerk, met alle stress van dien.

Voor ons is het duidelijk dat we ook nu gebruik moeten maken van “geprotocolleerd maatwerk”. Gelukkig is dat iets wat we altijd al doen! We bedoelen hiermee dat met behoud van de bestaande protocollen we de behandeling afstemmen op deze patiënt. De vertaling van de bestaande GGz protocollen en methodiek naar de online en beeldbel varianten worden gelukkig ruimhartig gedeeld via internet. Daar maken wij uiteraard gebruik van.

Wat we de afgelopen weken hebben gedaan?

- We nemen de tijd om ook nu goed in te tunen (waar ben je in huis? zit je alleen, is het voldoende rustig?, is dit een goed tijdstip of moeten we bellen als de kinderen slapen?).

- We maken een heldere structuur in het belcontact (een agendaatje).

- We hebben eerst aandacht voor de gevolgen van de coronamaatregelen: hoe gaat het met je in deze tijd?

We hebben hierbij in ons achterhoofd: de informatie check *; de kindcheck ** ; de daginvulling check *** en de begeleidingscheck ****.

* De informatiecheck: wordt de info over Corona, de maatregelen en de gevolgen voldoende begrepen. Zo niet zorgen we voor passende info (telefonisch, per mail of per post).

** De kindcheck is juist nu van nog meer belang. Vraag na wat o.a. de school aan ondersteuning biedt. Deze kinderen en ouders zijn nu extra kwetsbaar. Maak de probelemen bespreekbaar.

*** Een aantal patiënten bezoekt dagbesteding die in veel gevallen gesloten is. Een aantal patiënten werkt juist in de vitale beroepen: schoonmaak, buitendienst, winkel. De balans tussen werk en rust kan momenteel sterk verstoord zijn.

****We bespreken de betrokkenheid en de samenwerking met begeleiding: hoe vaak is er contact; mogen we navragen of zij de signalen van toename van klachten helder hebben.

- We focussen ons vervolgens op de klachten en daar waar we gebleven waren in de face tot face behandeling.

De ingezette behandeling zetten we voort met alle goede “online” tips en support van collega's. We werken zoveel mogelijk samen met het systeem.

Normaal gebruiken we tekenen als een belangrijke ondersteuner in de communicatie. Wanneer iemand niet wil of kan beeldbellen kun je de patiënt aan de andere kant van de “lijn” zelf laten tekenen/ de tekeningen door mailen of gewoon per post (!) opsturen.

- Qua beeldbellen zijn we driftig op zoek naar de best passend (lees makkelijk in te loggen, liefst met teken mogelijkheden) beeld belmogelijkheden. Met zes vrouw sterk worden er webinars gevolgd, handleidingen gelezen en uitgetoet.

Het is voor ons hard en vooral chaotisch werken maar ik bedenk maar steeds dat de patiënten waar wij mee werken voor veel meer uitdagingen staan (dagstructuur behouden; info begrijpen; kinderen in huis). Heel erg relativerend vond ik de opmerking van een patiënte van mij die in diepe armoede heeft geleefd in Azië . Het niet naar buiten mogen en eventueel niet het juiste levensmiddel kunnen krijgen in de supermarkt was voor haar niets vergeleken bij het maanden alleen maar rijst eten wat zij daar heeft moeten doen. Met deze vrouw stond alleen nog een afsluitend contact gepland. Ze toonde door de telefoon gelukkig nog dezelfde veerkracht als in de laatste sessies. We hebben afgesproken elkaar nog eenmaal te spreken face to face: na de Coronatijden!

Op het moment van plaatsen van dit dagboekje komen de eerste twee meldingen binnen van crisis als gevolg van de Coronamaatregelen binnen. Hierover de volgende keer meer.