

# Ervaringen



De pandemie legt een vergrootglas op geestelijke gezondheid. Toch was er zelfs voor het uitbreken van de crisis groeiende aandacht voor de psychologische zorg. Eén van onze specialisten die zorg draagt voor de menselijke psyche, is Rimalda van Beurden. Zij is basispsycholoog en in opleiding tot GZ-psycholoog bij Rivas.

## **Helpen het eigen handelen te bekijken**

Rimalda behandelt in het ziekenhuis patiënten van diverse afdelingen, waaronder de afdeling hartrevalidatie. Ze vertelt: 'Hartrevalidanten kunnen bijvoorbeeld kampen met somberheid- en angstklachten. Ze vinden het erg moeilijk als herstel niet lukt op eigen kracht.' De ondersteuning van Rimalda geeft handvatten om hiermee om te gaan. 'Je leert patiënten het eigen gedrag te bekijken en te begrijpen waarom zij handelen zoals ze handelen. En om uiteindelijk ook terugval te voorkomen. Het is dan ook ontzettend mooi om te zien dat ze zelfstandig tot bepaalde inzichten komen.'

Rimalda houdt zich ook bezig met diagnostiek: 'Ik doe onder andere neuropsychologisch onderzoek. Ik breng daarin de verschillende onderdelen van het denken en handelen van cliënten in kaart: de concentratie, het geheugen, het planningsvermogen, noem maar op. Daaruit volgt een cognitief profiel. Hiermee ga ik in gesprek met de patiënt en zijn of haar familie. Wat ervaren zij en past dit alles bij een specifiek ziektebeeld?'

## **De rust zien terugkeren**

Rimalda en haar collega's behandelen ook bewoners in de verpleeghuizen en ondersteunen daarbij het zorgteam: 'Wij helpen met het analyseren van onbegrepen gedrag bij mensen met dementie. Zij kunnen namelijk soms bepaald gedrag vertonen zoals agressie tijdens de zorgmomenten, dwangmatig gedrag, continu roepen of niet gewassen willen worden. Dat kan vervolgens weer onrust bij andere bewoners veroorzaken. Rimalda vertelt wat ze ervan vindt als een interventie werkt: 'Het is heel fijn om te zien dat je de rust ziet terugkeren bij het team en bewoners, en hebt kunnen helpen spanning en angst weg te nemen.'

### **Ondersteuning voor naaste collega's**

Rivas besloot om onze eigen psychologen in te zetten voor mentale ondersteuning aan het zorgpersoneel via een telefonische hulplijn. Rimalda zat aan de andere kant van de telefoonlijn. Ze vertelt: 'Mensen zijn angstig. Zijn bang om zichzelf, familie of vrienden te besmetten. Ze kunnen last hebben van de hoge werkdruk. Of ze voelen zich soms tekort schieten of voelen zich schuldig. Het is niet gek dat ze deze gevoelens hebben, de emoties zitten hoog,' vertelt Rimalda. Ze onderzoekt wat precies de meeste spanning veroorzaakt en geeft mensen tips mee: voldoende beweging, genoeg slapen, gezond eten en ontspanning zoeken. 'Dat vinden mensen nu een stuk lastiger, want de normale uitlaatkleppen die je had, zijn nu niet mogelijk.'

[Naar het overzicht](#)