

Gebruik van voorbeeldsituaties om dyadische coping, steun en communicatie te verkennen in de arbeidsdeskundige praktijk

Algemeen

De manier waarop een werkende en naaste samen met de ziekte omgaan (dyadische coping) kan individuele uitkomsten zoals herstel en re-integratie beïnvloeden [1–3]. Verschillende vormen van dyadische coping kunnen een werkende helpen of belemmeren bij zijn of haar herstel en terugkeer naar werk. Het verkennen van dyadische processen kan concrete handvatten bieden om belemmerende factoren bespreekbaar te maken, bij te sturen of te veranderen en daarmee re-integratie te bevorderen.

Voorbeeldsituaties

Door gebruik te maken van voorbeeldsituaties kan je gericht vragen naar één of meer vormen van dyadische coping en mogelijke knelpunten ten aanzien van coping, steun en communicatie. Het geven van een voorbeeld van hoe mensen in een bepaalde situatie kunnen denken en reageren kan laten zien dat een dergelijke situatie niet uniek is en dat de betreffende gedachten en reacties binnen deze context wellicht heel begrijpelijk zijn. Als de werkende of naaste zelf vergelijkbare gedachten, gedragingen en interacties hebben, kan dit eventuele schaamte of oordelen verminderen en er daardoor voor zorgen dat ze hier makkelijker over praten. Daarnaast kunnen ze toelichten in hoeverre ze zich wel of niet in de voorbeeldsituatie herkennen, wat het ook makkelijker kan maken om hun eigen situatie te bespreken [4]. In het kader van het onderzoeksprogramma “De werkende centraal” is een aantal voorbeeldsituaties uitgewerkt die ingaan op mogelijke knelpunten ten aanzien van hoe de werkende en naaste samen met de chronische ziekte omgaan (zie volgende pagina). Hierbij is gebruik gemaakt van items van de Dyadic Coping Inventory en de bevindingen uit deelstudies uitgevoerd in het kader van het onderzoeksprogramma [5,6].

Gebruik in de praktijk

Algemeen

Geef één of meer voorbeeldsituaties om te vragen naar mogelijke knelpunten ten aanzien van specifieke aspecten van dyadische coping, steun of communicatie. Je kunt hierbij gebruik maken van de uitgewerkte voorbeeldsituaties of een voorbeeldsituatie geven die gebaseerd is op je eigen praktijkervaringen.

Bespreken van een voorbeeldsituatie

Vraag na het geven van het voorbeeld of de werkende en naaste deze situatie herkennen. Als zij aangeven zich hier (deels) in te herkennen kan je vervolgvragen stellen om meer inzicht te krijgen in de specifieke knelpunten die zij ervaren. Ook kan je vervolgvragen te stellen om hun gevoelens, gedachten en gedragingen bespreekbaar te maken en te bespreken wat er volgens hen beter zou kunnen. Onder het overzicht van voorbeeldsituaties staan enkele vervolgvragen die je kan stellen (zie volgende pagina).

Doorverwijzen

In de meeste gevallen kunnen problemen relatief makkelijk opgelost worden, bijvoorbeeld door op bovenstaande wijze knelpunten te bespreken. In sommige gevallen kan er echter meer spelen, waarbij problemen die terugkeer naar werk belemmeren buiten jouw vaardigheden, taken en expertise vallen. Bijvoorbeeld in het geval van conflictsituaties of een onveilige privé-situatie. In dat geval kan je het beste doorverwijzen naar een deskundige op het gebied van de betreffende problemen, zoals (bedrijfs)maatschappelijk werk of een psycholoog.

Voorbeeldsituaties dyadische coping, steun en communicatie

Onderwerp	Aspect van dyadische coping	Voorbeeldsituatie
Openheid van de werkende	Stress communicatie	<i>"Soms laten mensen met langdurige klachten hun naaste niet merken wanneer het niet goed gaat. Bijvoorbeeld omdat ze hun naasten hier niet mee willen lastigvallen. Herkent u dit?"</i>
Vragen om hulp of steun	Gedelegeerde dyadische coping	<i>"Soms vertellen mensen met langdurige klachten hun naasten niet bij welke activiteiten of op welke momenten zij hulp of steun willen hebben. Bijvoorbeeld omdat ze hun naasten hier niet mee willen lastigvallen. Herkent u dit?"</i>
Mismatch steun	Ondersteunende dyadische coping	<i>"Vaak willen naasten graag helpen, maar ze weten niet altijd hoe ze dit het beste kunnen doen. Hierdoor bieden naasten soms te weinig of juist teveel hulp of steun. Herkent u dit?"</i>
Overbescherming	Ondersteunende dyadische coping	<i>"Soms willen naasten liever niet dat iemand die chronisch ziek is werk weer hervat. Bijvoorbeeld omdat ze bang zijn dat diegene hierdoor weer meer klachten zal krijgen. Herkent u dit?"</i>
Onoprechte steun	Ambivalente dyadische coping	<i>"Soms bieden naasten wel steun, maar doen dit met tegenzin. Bijvoorbeeld omdat ze denken dat de ander de problemen zelf moet oplossen. Herkent u dit?"</i>
Oppervlakkige steun	Oppervlakkige dyadische coping	<i>"Soms bieden naasten eerst wel steun aan mensen met langdurige klachten maar wordt dit steeds minder of luisteren naasten vaak niet echt als de ander vertelt hoe het gaat. Herkent u dit?"</i>
Negatieve reacties	Vijandige dyadische coping	<i>"Soms reageren naasten negatief wanneer iemand met langdurige klachten laat merken last van klachten of stress te hebben. Herkent u dit?"</i> <i>"Soms nemen naasten de stress van iemand met langdurige klachten niet serieus. Bijvoorbeeld omdat ze vinden dat de ander de klachten overdrijft. Herkent u dit?"</i>

Mogelijke vervolgvragen indien een situatie wordt herkend:

- Kunt u hier een voorbeeld van geven?
- Hoe is dit voor u?
- Bij aanwezigheid naaste: Hoe is dit voor u als naaste?
- Bij afwezigheid naaste: Hoe denkt u dat dit voor uw naaste is?
- Wat zou u of uw naaste anders kunnen doen?

Referenties

- 1 Falconier MK, Jackson JB, Hilpert P, *et al.* Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clin. Psychol. Rev.* 2015. doi:10.1016/j.cpr.2015.07.002
- 2 Cutrona C, Bodenmann G, Randall AK, *et al.* Stress, dyadic coping, and social support: Moving toward integration. *Cambridge Handb Pers relationships, 2nd ed* Published Online First: 2018. doi:10.1017/9781316417867.027
- 3 Revenson TA, DeLongis A. Couples Coping with Chronic Illness. In: *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*. 2012. doi:10.1093/oxfordhb/9780195375343.013.0006
- 4 Kuijer RG, Buunk BP, De Jong GM, *et al.* Effects of a brief intervention program for patients with cancer and their partners on feelings of inequity, relationship quality and psychological distress. *Psychooncology* Published Online First: 2004. doi:10.1002/pon.749
- 5 Snippen NC, Vries HJ de, Burg-Vermeulen SJ van der, *et al.* Influence of significant others on work participation of individuals with chronic diseases: a systematic review. *BMJ Open* 2019;**9**:e021742. doi:10.1136/BMJOPEN-2018-021742
- 6 Snippen NC, de Vries HJ, Bosma A, *et al.* Workers' views on involving significant others in occupational health services. A focus group study. 2020. *Manuscript in preparation*.