

JOBGRIP studie- opbrengsten

WERKMOGELIJKHEDEN IN BALANS

Groepsinterventie bij werkende mensen met de ziekte van Parkinson

JOBGRIP
krijgt een 8

ACHTERGROND

Veel werkenden met de ziekte van Parkinson ervaren veranderingen in hun werkvermogen of werkplezier. Uit onderzoek en uit de praktijk blijkt dat er bij mensen met parkinson veel behoefte is aan informatie over, en ondersteuning bij het combineren van werk en parkinson. Het is echter onbekend wat effectieve interventies zijn om hen optimale ondersteuning te bieden.

DOEL STUDIE

Het exploratief evalueren van de impact en werking van een groepstraining gericht op het ondersteunen van werkenden met parkinson om langer naar tevredenheid te werken.

METHODE STUDIE

44 DEELNEMERS

21 in interventiegroep
23 in controlegroep

4 GROEPSTAININGEN

Deel A, 2 groepen, fysiek
Deel B, 2 groepen, online

2 Centra: Radboudumc, Rijndam Revalidatie

EVALUATIE

WAT

- Verandering werkvermogen en werkplezier
- Waardering
- Opbrengsten

HOE

Metingen (vragenlijsten) aan begin en na 3 maanden –alle deelnemers

Vragenlijst – alle deelnemers interventiegroep
Interviews – 12 deelnemers, 3 per interventiegroep
Focusgroep trainers

Interviews- 12 deelnemers, 3 per interventiegroep
Focusgroep en logboek trainers



JOBGRIP TRAINING

DOEL

Werkenden met parkinson ondersteunen om langer naar tevredenheid te werken, of het werk naar tevredenheid kunnen afbouwen.

OPBOUW

Zes bijeenkomsten van 2 uur over periode van 8-10 weken. Twee maanden na de laatste bijeenkomst volgde een terugkombijeenkomst. In iedere bijeenkomst stond een bepaald thema centraal. Er kwamen vaste thema's aan bod zoals de wet & regelgeving rondom ziekte, de rol van de bedrijfsarts en het omgaan met cognitieve veranderingen in het werk. Afhankelijk van de vragen van de groep waren er ook keuzethema's zoals het omgaan met vermoeidheid en het omgaan met stress.

Iedere groep had twee vaste trainers en afhankelijk van het thema kwam er een gastspreker. Naast korte presentaties door de experts waren vaste werkvormen in de training discussie en het doen van opdrachten die individueel, in kleine groepjes of plenair gedaan werden. Gedurende de trainingsperiode kon men werken aan eigen actieplannen en het opstellen van een persoonlijk werkbehoudplan.

RESULTATEN

WAARDERING

GEMETEN VERSCHILLEN

Bij de metingen was er geen duidelijk verschil tussen de groep die de JOBGRIP training had gedaan (interventie-groep) en de groep die dit nog niet had gedaan (controlegroep). Er waren binnen de groepen grote individuele verschillen in verandering in de tijd en ook in de controlegroep ging een aantal deelnemers vooruit.

DE OPBRENGSTEN

De deelnemers benoemden veel en diverse positieve opbrengsten, te verdelen in de onderstaande drie categorieën:

MEER WETEN

Deelnemers geven aan meer kennis te hebben gekregen. Vooral over:

- De relevante wet- en regelgeving
- De impact van cognitieve klachten en vermoeidheid bij parkinson en wat hierbinnen de handelingsmogelijkheden zijn.
- Wie ze kunnen benaderen met welke vraag

ANDERS ERVAREN

De grootste opbrengst van de training zat in het anders ervaren. Denk aan:

- **Bewustwording:** eerlijk zijn naar jezelf; herkennen en aanvaarden van beperkingen en grenzen; inzicht in de helpende en niet helpende manieren van coping.
- **Betekenisgeving**
- **Acceptatie:** rust ervaren zoals het is.
- **Bevestiging:** Gevoel zelf regie te kunnen nemen en op de goede weg te zijn.

ANDERS DOEN

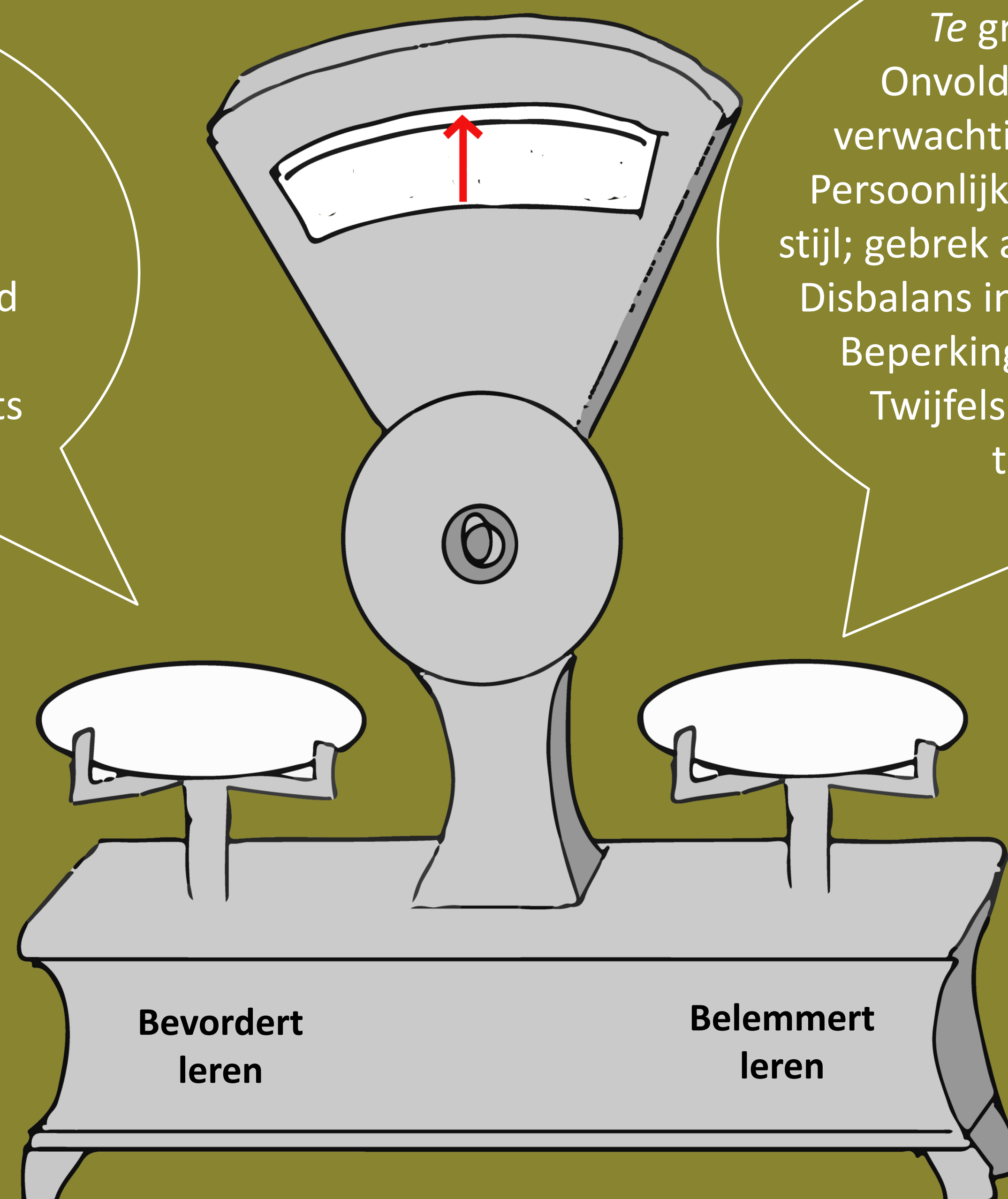
Een aantal deelnemers paste de nieuwe kennis en inzichten al tijdens de duur van de JOBGRIP studie toe om dingen anders aan te pakken. Denk aan:

- Belasting aanpassen: werktijden aanpassen; prioriteiten stellen in de agenda; plannen van pauzes en beweging op kantoor; pensioen naar voren halen.
- Steun mobiliseren: de communicatie aangaan over wat nodig is op het werk, steun van collega's vragen, open zijn over parkinson

JOBGRIP studie - opbrengsten

WERKINGSMECHANISME

Leren van 'lotgenoten'
Begrip en herkenning
Leren van verschillen
Cohesie en saamhorigheid
Concrete werkvormen
Inzet trainers & experts



Te grote verschillen in de groep
Onvoldoende aansluiting bij eigen
verwachtingen en behoeften
Persoonlijke factoren: Een vermijdende coping
stijl; gebrek aan discipline om aan slag te gaan
Disbalans in inbreng; onvoldoende diepgang
Beperkingen van beeldbellen
Twijfels over productiviteit van de
training bij sommige trainers

CONCLUSIE

De JOBGRIP training via fysieke bijeenkomsten of via beeldbellen is goed uitvoerbaar en aanvaardbaar voor werkenden met parkinson. Een hybride vorm van het geven van de training lijkt een optie voor toekomstige trainingen.

Hoewel de verschillen tussen de interventie en controlegroepen statistisch niet toetsbaar waren, benoemden de deelnemers veel en diverse positieve opbrengsten van de JOBGRIP training. Het leren van elkaar was belangrijk voor het leer en groeiproces bij de deelnemer.

AANBEVELINGEN

FINE TUNEN & AANBIEDEN

Hoewel de effectiviteit nog niet definitief is aangetoond, is het- gezien de positieve ervaringen- waardevol de JOBGRIP training te blijven aanbieden in de praktijk. Vanuit de bevindingen van het huidige onderzoek doen we in het volledige eindrapport concrete aanbevelingen op punten van doelgroep, vorm, werkvorm, inhoud en trainers. Hiermee verwachten we de training nog relevanter te maken voor de individuele deelnemers en om de kans te vergroten dat opbrengsten in 'anders ervaren' ook door zullen klinken in ánders doen'

VERDER ONDERZOEK

De positieve ervaringen van deelnemers vertaalden zich in deze pilot studie nog niet naar aantoonbare verschillen tussen de controle- en interventiegroep. Verder onderzoek naar effectiviteit vereist aanpassingen en tussenstappen in onderzoek. Belangrijk zijn bijvoorbeeld:

- het ontwikkelen of samenstellen van een sensitieve uitkomstmaat voor de groepstraining op basis van de ervaren opbrengsten
- een langere evaluatieduur, zodat mensen voldoende tijd hebben om acties in gang te zetten.

Met veel dank aan alle JOBGRIP studie deelnemers en betrokkenen!

Namens de projectgroep: Ingrid Sturkenboom, Bas Bloem, Jolanda van Omme-van Laarhoven, Marina Noordegraaf en Marjan Overdiep.

