Stresssituaties tackelen met Virtual Reality

Fontys Paramedische Hogeschool

Kim Wubs
kim_wubs@hotmail.com

Fontys EGT
Expertisecentrum
Gezondheidszorg & Technologie
Fontys

Inleiding

Binnen het paramedische werkveld komen stressvolle en acute situaties voor. Tijdens het opleidingstraject wordt stilgestaan bij de aanwezigheid van deze momenten, maar het oefenen van dergelijke situaties is moeilijk praktisch te maken. Door de afdeling EGT is de mogelijkheid geboden virtual reality (VR) te gebruiken. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat stressvolle en acute situaties geoefend moeten worden. De exacte situaties voor de paramedische opleidingen zijn echter nog niet bekend. Hierdoor kan er nog geen script geschreven worden voor het VR systeem. De onderzoeksvraag luidt dan ook als volgt:

"Welke stressvolle en/of acute situaties maken jongprofessionals en studenten van de opleiding orthopedische technologie precies mee in de beroepspraktijk?'

Deelvraag: 'Wat is de mening van jongprofessionals en studenten, van de opleiding orthopedische technologie, over het oefenen van stressvolle en/of acute situaties uit de beroepspraktijk binnen een Virtual Reality omgeving tijdens de opleiding om zo beter voorbereid te zijn op de beroepspraktijk?'

Aan de hand van de logo's in de VR bril hieronder wordt het onderzoek verder uitgediept.

Methode

Er is een kwalitatief onderzoek gedaan door semi-gestructureerde interviews. De studenten en jongprofessionals moesten voldoen aan de volgende in- en exclusiecriteria:

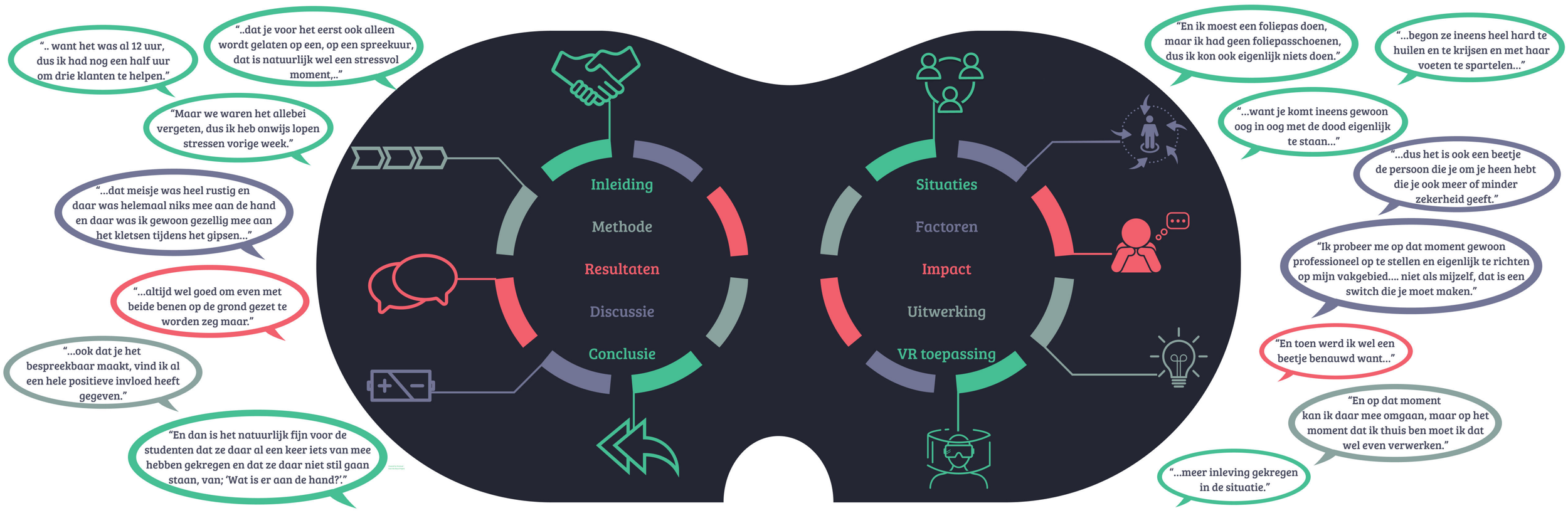
Inclusiecriteria:
- Jongprofessionals die afgestudeerd zijn aan de opleiding orthopedische technologie
- Studenten orthopedische technologie die hun afstudeerstage hebben afgerond
- Alleen studenten die in Nederland de opleiding volgen

Exclusiecriteria:
- Professionals die langer dan drie jaar aan het werk zijn

De interviews zijn opgenomen met een voicerecorder en hierna uitgetypt tot verbatim. Er zijn drie fasen van coderen uitgevoerd: open coderen, axiaal coderen en selectief coderen. Van elk interview is er een membercheck gestuurd naar de studenten en jongprofessionals. De deelnemers zijn geanonimiseerd door de interviews te voorzien van nummers in plaats van namen.

Resultaten

De resultaten van het onderzoek zijn geworven via interviews zoals in de methode beschreven. De resultaten zijn verdeeld in verschillende thema's zoals in de rechter kolom vermeld. de verschillende thema's zijn ontstaan na het open, axiaal en selectief coderen. De resultaten worden onderbouwd door middel van quotes die hieronder te vinden zijn in de tekstbubbles. In de verschillende thema's zijn de verschillende aspecten van de stressvolle en acute situaties omschreven.



Thema's:

Stressvolle/acute situaties

Onder dit thema vallen de verschillende categoriën situaties die de studenten/jongprofessionals hebben omschreven als acuut en/of stressvol. De eerste categorie zijn situaties veroorzaakt door werkdruk. Vaak veroorzaakt door een druk spreekuur of wanneer er te veel afspraken in korte tijd gepland zijn. In de tweede categorie wordt de situatie veroorzaakt door een gebrek aan ervaring. Het gebeurt veel dat een jongprofessional/student onzeker is in een situatie door gebrek aan ervaring. Door deze onzekerheid ontstaan stressvolle situaties in de paskamer. Jongprofessionals en studenten maken wel eens fouten, hierdoor onstaat ook vaak stress. Bijvoorbeeld doordat ze iets vergeten of door onhandigheid. Een student of jongprofessional is niet alleen in het bedrijf, anderen kunnen ook de oorzaak van de stressvolle/acute situatie zijn. Zo maken collega's wel eens fouten die de student/jongprofessional dan moet oplossen. De cliënt speelt natuurlijk in veel situaties een rol, maar in sommige gevallen is de cliënt ook de oorzaak van de stressvolle/acute situatie. Wanneer de cliënt bijvoorbeeld uit emotie reageert of wanneer deze seksistisce opmerkingen maakt. Als laatste kunnen ziektebeelden en aandoeningen een stressvolle/acute situatie veroorzaken. Door het flauwvallen van een cliënt, maar ook cliënten met ongenezelijke ziekten hebben een behoorlijke impact op studenten.

Factoren

Er zijn veel factoren die een invloed hebben op het stressgehalte van de situatie. De factoren die het meest aan bod kwamen tijdens de interviews worden hier verder uitgewerkt. Het voorstadium is een factor die meespeelt in de stresservaring. Vaak komt de situaties plotseling, zonder aankondiging. Daarnaast zijn de aanwezigen ook een factor die meespeelt. Vooral wanneer het gaat om stress door weinig ervaring vinden de studenten en jongprofessionals het fijner als er niet te veel mensen zijn. Begeleiders of suppervisors hebben altijd een belangrijke rol in een stressvolle of acute situatie. Dit kan zowel negatief als positief zijn. Het karakter van de deelnemer speelt ook een grote rol, de een gaat makkelijker met stress om dan de ander. De omgeving waarin de situatie zich voordoet heeft wel effect, maar dit effect is niet heel groot. Wel is de reactie van de student/jongprofessional belangrijk, deze heeft invloed op de uitkomst van de situatie, vooral wanneer snel handelen verwacht wordt. Op de student of jongprofessional heeft professionaliteit ook een grote invloed, wanneer zij zichzelf als professional zien kunnen ze beter omgaan met de situatie en deze beter verwerken.

Discussie

Resultaten van de interviews zijn geinterpreteerd en met literatuur onderbouwd. Ook in de literatuur is te vinden dat werkdruk een belangrijke oorzaak van stress onder professionals is (1). Het is belangrijk te weten dat een student of jongprofessional beter om kan gaan met een ziekte of aandoening wanneer deze de basis-communicatievaardigheden begrijpt en toepast (2). Ook de factoren die in een stressvolle en acute situatie aanwezig zijn, zijn te koppelen aan literatuur. Zo speelt het karakter van de jongprofessional/student een grote rol in de omgang met een stressvolle/acute situatie (3), maar de werkomgeving en sfeer in het bedrijf zijn ook belangrijke factoren (4). Dit onderzoek leert ook dat verschillende oplossingsrichtingen van de stressvolle/acute situatie aangeleerd moeten worden (4). Nu de acute en stressvolle situaties bekend zijn moet er onderzoek gedaan worden welke situaties in een virtuele omgeving gerealiseerd kunnen worden als oefenprogramma. Wanneer bekend is welke van de gevonden situaties uitgewerkt kunnen worden tot een script kan deze geschreven worden en kan er een virtuele omgeving gecreeërd worden om de stressvolle/acute situaties die in het beroepsveld van de orthopedische technoloog voorkomen te oefenen.

Hieronder de belangrijkste sterke en zwakke punten van het onderzoek op een rijtje:

Zwakke punten:
- Interview via skype
- Geen observator

Sterke punten:
+ Membercheck
+ Samen coderen
+ Doelgroep is onderzoeksgroep

Conclusie

Studenten en jongprofessionals van de opleiding orthopedische technologie maken stressvolle en acute situaties mee. Elke situatie is uniek, twee situaties zijn nooit precies hetzelfde. Elke situatie heeft factoren die invloed hebben op de stress, invloed op een/meerdere aanwezigen, een nasleep en een oplossing.

Deze situaties, factoren, invloeden, nasleep en oplossingsrichting kunnen samen gevoegd worden tot een script voor het oefenen van stressvolle en acute situaties binnen de orthopedische technologie door middel van VR.

Studenten en jongprofessionals zijn nog sceptisch over het oefenen van situaties met VR, maar ze geloven wel dat het kan bijdragen aan beter omgaan met stressvolle situaties in de beroepspraktijk. VR zou als sociaal vak binnen de opleiding orthopedische technologie toegepast kunnen worden.

Impact

De stressvolle en acute situatie hebben impact op de aanwezigen. De impact op de cliënt is soms praktisch, maar soms ook emotioneel wanneer deze teleurgesteld is bijvoorbeeld. De situaties hebben ook een impact op de deelnemers gehad. Hierin is onderscheid gemaakt tussen mentale en fysieke impact. Deze impact verschilde erg per situatie. De ene situatie veroorzaakte paniek bij de student/jongprofessionalt wat ervoor zorgt dat er niet meer rustig nagedacht kan worden over een oplossingrichting. Een andere situatie kan daarentegen minder effect hebben op de student en hierin gaat de student/jongprofessional gewoon verder met diens bezigheden. Fysiek kan het zo zijn dat de student ervaart het heel warm of benauwd te krijgen.

Uitwerking

De situatie heeft naast deze directe impact ook een uitwerking. Er zijn door de deelnemers veel oplossingen genoemd voor de stressvolle/acute situaties die zij meemaakten. Bespreken van de situatie en hulpvragen in de situatie waren de balangrijkste twee. Daarnaast was de nasleep bij een situatie met een hoger stresslevel langer dan bij een situatie met een lager stresslevel. De heftigere situaties als een afspraak met een ongeneeslijk ziek persoon gaven meer te verwerken thuis. Daarnaast gaven emotionele reacties van mensen angst voor herhaling van de situatie.

Oefenen met VR

Uit de interviews blijkt dat studenten en jongprofessionals het idee hebben nog veel te kunnen leren in de beroepspraktijk. Bijna elke situatie betekende voor de deelnemer een leermoment. De kennis van de studenten en jongprofessionals is nog beperkt als het gaat om VR. Maar alle deelnemers geven aan dat VR een hulpmiddel zou kunnen zijn voor het oefenen van stressvolle en acute situaties binnen de opleiding orthopedische technologie.

Literatuurlijst
- Szarpak Ł, Patynowska A.M., Ziemba R., Madziała M., Dec M., *Sources of job stress amongst paramedics*. In: military Pharmacy and Medicine. Żyrardów: 2013: p. 63-66
- Newton, J.T. *Reactions to cancer: Communicating with patients, family and carers.* In: Oral Oncology. London: Elsevier Ltd; 2010: p. 442-444
- LeBlanc, V.R. *The Effects of Acute Stress on Performance: Implications for Health Professions Education.* In: Academic Medicine. 2009: p. S25-S33
- Tyssen, R., Vaglum, P., Grønvold, N.T., Ekeberg, Ø. *The relative importance of individual and organizational factors for the prevention of job stress during internship: a nationwide and prospective study.* In: Medical Teacher. 2005: p. 726-731
- Freepik. *Infographic*. Beschikbaar via: http://www.freepik.com/index.php?goto=2&searchform=0&k=infographic. Geraadpleegd 14 juni 2017
- The Noun Project. *Icons for everything.* Beschikbaar via: https://thenounproject.com. Geraadpleegd 13 Juni 2017