

Bijlage 1: Steun aan sleutelfiguren in de organisatie rond communicatie, webinars, intervisie online

In tijden van Corona is het belangrijk dat bedrijven, organisaties **regelmatig communiceren en eventueel tips geven aan hun eigen medewerkers over mentale gezondheid**. We krijgen op dit moment veel vragen van organisaties die kampen met bv;

- Hoe omgaan met de onzekerheid naar de toekomst?
- Hoe combineren we zelfzorg met zorgen voor anderen?
- Hoe kunnen we zoveel mogelijk de collegiale steun waarborgen in tijden waarbij situaties verschillen en het contact niet rechtstreeks verloopt?

The Human Link wil zeker organisaties en sleutelfiguren ondersteunen in hun communicatie en in de de zorg naar de medewerkers.

The Human Link baseert zich hierbij op de meest recente **wetenschappelijke literatuur** die nu verschenen is rond de gevolgen die quarantaine en bedreiging hebben op de mentale gezondheid van de bevolking (*Brooks S. K., PhD ; et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet volume 395, issue 10227, p912-920, march 14, 2020*).

The Human Link heeft zich voorbereid op online ondersteuning via *beveiligde platformen* zoals whereby en zoom. We bieden onderstaand aanbod aan onder de vorm van:

- Webinars met voorbereiding en slides, dit kan zowel interactief als via chatvragen
- Online coaching en supervisie
- Afstemming via mail en telefoon om u informatie te bezorgen

Hieronder zetten we op een rij wat onder meer de mogelijkheden zijn om uw organisatie bij te staan.

Ondersteuning naar sleutelfiguren in uw organisatie

1. Coaching bij communicatie rond mentale gezondheid in uw organisatie

Indien uw organisatie medewerkers, teams en leidinggevenden wil ondersteunen in het omgaan met gevoelens van onzekerheid en eventuele stress, kan The Human Link u ondersteunen door tips en advies te geven

- Aan het *managementteam*: op maat online sensibilisatiesessie geven die voorbereid wordt aan de hand van uw belangrijkste vragen
- Aan *sleutelfiguren* die communicatieberichten willen uitsturen en ondersteuning willen bieden door tips te geven aan alle medewerkers rond mentaal gezond blijven. The Human Link kan zelf informatie aanleveren of feedback geven op de communicatie die u wil uitsturen om de kwaliteit te waarborgen.

2. Webinars, coaching en supervisie voor sleutelfiguren rond eerste opvang en preventie van negatieve gevolgen op de psychische gezondheid

Op dit moment staan er heel wat sleutelfiguren in organisaties paraat om zelf opvang en ondersteuning te geven. Deze mensen krijgen heel wat vragen en reacties. The Human Link biedt:

- Online ondersteuning in de vorm van *supervisie/coaching naar de sleutelfiguren en supportorganen in uw organisatie*. Wij sturen een beveiligde link naar de deelnemers en een expert van The Human Link beantwoordt de vragen die de deelnemers online stellen. De vragen kunnen ook op voorhand verstuurd worden en The Human Link stuurt na de online coaching eventueel nog bijkomende informatie op.
- *Webinars met praktische handvatten en wetenschappelijk onderbouwd advies op maat* gemaakt voor uw organisatie of rond een bepaald thema: zelfzorg, collegiale steun, opvanggesprek.... We doen dit aan de hand van enkele PP-slides die de deelnemers toegestuurd krijgen en geven online toelichting. Er kunnen ook online vragen gesteld worden. We kunnen de afstemming om het op maat te gieten zowel via mail, telefoon als een onlineconsult doen.
- Webinars die we standaard kunnen geven rond stress en zelfzorg, collegiale zorg, opvang en preventie van stress, omgaan met work/life,... die reeds specifiek aangepast zijn aan het omgaan met de Corona-crisis.

3. Bijstand verlenen in uw bedrijf om medewerkers, familieleden bij te staan

The Human Link biedt online opvanggesprekken, crisisopvang of ondersteunende gesprekken met medewerkers,... Deze gesprekken zijn gestoffeerd met psycho-educatief materiaal, online diagnostiek en zelfzorgtaken. Deze gesprekken kunnen individueel of in groep aangeboden worden (zie bijlage 2).

Bijstand verlenen in uw ziekenhuis, aan hulpverleners en zorgverleners

Specifieke aandacht willen we geven aan zorgverlenende instanties en organisaties omdat we weten dat ze enorm bevraagd worden. We wensen een goede opvang te voorzien aan mensen in de zorg en hulpverlening die geconfronteerd worden met extra werkdruk en meer emotionele situaties en verhalen. Aan deze mensen willen we handvatten geven zodat zij zelf mentaal bestand blijven en zelf ook ondersteund worden en steun vinden bij elkaar. We bieden vanuit The Human Link

- Online opvangsessies in groep om de eigen emoties en vragen aan bod te laten komen
- Online intervisies om vragen te beantwoorden rond situaties waarmee ze nu geconfronteerd worden
- Zelfzorg en teamzorg ter preventie van secundaire traumatisering onder de vorm van webinars
- Bijstand van onze psychologen ter plaatse als het teveel wordt

The Human Link wil al deze diensten aanbieden op een gebruiksvriendelijke en veilige manier. We willen geen overschatting en ook geen onderschatting maken van de impact en zoveel mogelijk kwalitatief werk bieden op een zo tijds- en kostenefficiënt mogelijke manier. We zijn steeds bereid om met u samen te bekijken wat het meest zinvol is.

