

Bureaucratisch geneuzel of intellectuele vaardigheid



Veel studenten klagen
over reflecteren

Hoe vond je het gaan? Wat voelde je erbij? Artsen in opleiding moeten voortdurend reflecteren en daar uitgebreid verslag van doen. Dat mag wel een onsje minder, vinden veel studenten. 'Als je weinig werk wilt, zeg je dat alles goed gaat.' **Rineke Wisman**



W ie googelt op 'reflectie' krijgt in 0,09 seconde 1.440.000 hits. Reflecteren is hot. Als je arts wilt worden, is er zeker geen ontkomen aan.

'Vroeger dachten we dat artsen van nature wel konden reflecteren', vertelt Eloy van de Lisdonk, universitair hoofddocent bij de afdeling

Huisartsgeneeskunde in Nijmegen. 'Net zoals we ooit dachten dat artsen van zichzelf wel goed zouden kunnen communiceren met de patiënt.' Maar dat bleek niet zo te zijn.

Sinds de invoering van het Raamplan Artsenopleiding 2001 zijn de eindtermen voor het curriculum bijgesteld. In het plan is één hoofdstuk gewijd aan het persoonlijk functioneren van de dokter. Sinds 2001 is reflecteren verplichte kost voor artsen in spe. 'De mate waarin staat elke afzonderlijke artsopleiding vrij', aldus de hoofddocent.

Kathelijne Groeneveld, zesdejaars in Utrecht, vindt dat haar opleiding op het gebied van reflectie 'een beetje is door-

tijdens de coschappen: twee coachingsbijeenkomsten van vier uur. Daarnaast heb je nog de VAAR-verslagen waarin je wetenschappelijke literatuur toepast op elke patiënt en ook weer reflecteert op je eigen handelen.¹ Met elk verslag ben je zo zes uur bezig. Tijd die je niet kunt besteden aan het verwerven van andere competenties.'

Kathelijne is niet de enige die vindt dat er te veel moet worden gereflecteerd. 'Ik hoor die geluiden van meer studenten. Op zich is het goed om op je eigen gedrag te reflecteren, maar het aantal uren kan omlaag en het verplichte karakter mag er af.'

Geneuzel

Tim Boymans, vierdejaars in Maastricht: 'Een nadeel is dat je áltijd iets moet opschrijven. Ook als je tevreden bent. Dan doe je dus iets om het doen en niet om een betere arts te worden. Je kunt je er makkelijk van af maken. Als je weinig werk wilt, zeg je dat alles goed gaat.' Kathelijne beaamt dat. 'De verslagen lijken op elkaar. Veel studenten kopiëren een vorig verslag. Ik heb niet het idee dat het goed wordt gelezen, dus ik schrijf zeker geen perfecte verslagen. Je doet minder je best.'

Tim Boymans: 'Bovendien controleert niemand of de leerdoelen uit de verslagen daadwerkelijk worden gehaald. Het ligt helemaal aan jezelf. Als er geen verbetering is, wordt daar niet of nauwelijks op ingegaan. Sancties zijn er niet. Je haalt iemand niet van de basisopleiding omdat hij een leerdoel niet heeft gehaald.'

Volgens Boymans werkt reflectie wel als je er serieus mee aan de slag gaat. Vorig jaar stelde hij zich ten doel om de 'volgende' die hij scoorde op de voortgangstoets om te zetten in een 'goed'. Hij oefende met eerdere voortgangstoetsen, zoals ►

**'Met elk verslag ben je
zo zes uur bezig'**

geschoten. Tutorgesprekken in het eerste jaar en tweede jaar, verslagen aan het begin en het eind van elke stage, twee tot zes reflectieverslagen tijdens de coschappen, somt ze op. 'En

Wat is reflecteren?

Reflecteren is de vaardigheid om effectief essentiële aspecten uit gebeurtenissen, leerervaringen, stages en allerlei leerprocessen te vinden en daar de betekenis van in te zien.

Reflecteren is het bewust waarnemen en scherp analyseren van persoonlijke ervaringen en zo op grond van rijpend inzicht je ideeën en concepten verruimen. Door te reflecteren ontdek je meer inhoud en aspecten van situaties waarin je persoonlijk betrokken bent. Het is een manier om van binnenuit te leren door je eigen activiteit in relatie tot gebeurtenissen en leerstof onder de loep te nemen.

Grofweg zijn er drie soorten reflectie:

- * op jezelf - leerdoelen articuleren, leerstrategieën ontwikkelen en toepassen, en je eigen leerproces begrijpen;
- * op de methode - de koppeling maken tussen praktijkervaring en theorie, informatie kunnen schatten en kennis van onderzoeksmethoden verwerven;
- * op de (maatschappelijke) context - bewust worden van je verantwoordelijkheid voor je professionele handelen in de maatschappelijke context.

◀ hij zich voornam in zijn reflectieverslag. Het resultaat was er. De keer erna had hij een 'goed'.

'Maar het is vaak bureaucratisch geneuzel. Een hoop papierwerk. Je moet altijd vanuit vier invalshoeken of rollen naar een casus kijken. Als medicus, wetenschapper, persoon en als medewerker van de gezondheidszorgketen. Per rol moet je een A4-tje volpennen met hetzelfde soort antwoorden. Hoe ging het? Wat ging goed? Wat kon beter? Je zit urenlang achter de computer voor het reflectieportfolio.'

Een aantal artsopleidingen hanteert de competenties van CanMEDS (*Canadian Medical Education Direction for Specialist*). Hierbij moet de student een zaak vanuit maar liefst zeven rollen beschouwen: medisch handelen, communicatie, maatschappelijk handelen, organisatie, professionaliteit, kennis & wetenschap en samenwerking.

In de meeste curricula reflecteren de studenten de eerste

twee jaar via tutorgesprekken, daarna meer individueel met een zwaartepunt in de laatste jaren van de opleiding. 'In een regulier jaar moet ik om de drie weken schriftelijk reflecteren', zegt Boymans. Nu loopt hij coschappen. 'Dan komt het nog frequenter voor. Je reflecteert namelijk ook met de arts met wie je meeloopt.'

Autorijden

Dat studenten mopperen over de vele reflectiemomenten, klinkt universitair hoofddocent en onderwijsmaker Eloy van de Lisdonk niet vreemd in de oren. Hij snapt wel waar het vandaan komt. 'Het is ook veel. Maar dat heeft een goede reden. De basis van het medisch vak is kennis. De lagen daarbovenop draaien om wat je met die kennis doet.' De zogeheten Piramide van Miller beschrijft waar artsen in opleiding toe in staat moeten zijn. 'Naarmate studenten vorderen met de studie, komen

GROOT LEZERSONDERZOEK ARTS IN SPE: DOE MEE!

In mei van dit jaar bestaat Arts in Spe precies twee jaar; een goed moment om na negen nummers de balans op te maken. Daar hebben we jouw hulp bij nodig! Wij, als redactie, willen Arts in Spe nog beter laten aansluiten bij de doelgroep, bij jou dus. En dus willen wij graag weten hoe jij Arts in Spe beoordeelt. Wat vind je goed, wat vind je minder goed en wat is voor verbetering vatbaar? Oordeel mee en maak kans op een van de twee mooie door de VVAA beschikbaar gestelde iPod nano's.

Doen!!

Surf naar www.artsinspe.nl en klik op de banner 'Lezersonderzoek Arts in Spe'. Het online onderzoek start op dinsdag 20 februari en loopt tot dinsdag 20 maart.

Ben Crul,
hoofdredacteur Medisch Contact en Arts in Spe

ze hoger in de piramide en wordt het reflecteren belangrijker', aldus Van de Lisdonk. De hoogste trede impliceert dat de dokter bekwaam handelt in de praktijk (*performance good practice*). Dat is een stap verder dan het kunnen tonen van kennis en vaardigheden. Het gaat om het daadwerkelijk handelen.

'Een dokter moet in gesprek met de patiënt op een verantwoorde manier beslissingen kunnen nemen. Wat voor onderzoek doe ik? Welke diagnose stel ik? Wat is daarna het vervolgpad? Verantwoording nemen en afleggen: dat is de crux van reflecteren. Alles wat je als arts doet, moet je kunnen verantwoorden.'

Aan jezelf, collega's, maar vooral ook aan de patiënt. Van de Lisdonk: 'Volgens de WGBO moet

Reflecteren is te vergelijken met autorijden

je acties overeenkomen met de patiënt. Dat vereist reflectie.'

Dat studenten soms iets invullen 'om het invullen', bevreemdt hem. 'Een situatie is zelden zonder leerpunten. Als het uitstekend verliep, bedenk je maar hoe je het een volgende keer weer zo perfect kunt laten verlopen.'

Reflecteren is niet moeilijk, maar vooral tijdrovend. En dat zal gedurende de rest van de opleiding onverminderd zo blijven, voorspelt de hoofddocent. 'Uiteindelijk is het de bedoeling dat je er als dokter geen tijd meer voor hoeft te nemen. Dat je impliciet reflecteert.' Hij vergelijkt het met autorijden. Als je voor het eerst in de auto zit, lijkt het onbegonnen werk: tegelijkertijd in de spiegels kijken, koppelen, schakelen, gas geven en ook nog op het verkeer letten. Maar na een tijd doe je al die dingen automatisch. Zo is het met reflecteren ook. Vandaar dat we studenten enorm veel laten oefenen.'

Teelbalkanker

En dat heeft wel degelijk zin, blijkt uit de praktijkverhalen. Tim Boymans: 'Reflectie zit in mijn systeem. Doordat ik frequent gedwongen ben om over mezelf na te denken, doe ik het nu automatisch. Ik denk mijn eigen zwakke punten te kennen, durf kritisch naar mezelf te kijken. In een gesprek met een patiënt voel ik het meteen als het niet loopt. Soms komt het doordat ik weinig kennis heb van een bepaald ziektebeeld. Meestal neem ik daarna de stof daarover nog even door, zodat ik me de volgende keer zekerder voel.'

Je reflecteert de hele dag door, zegt Ron van Oosterhout, vijfdejaars in Leiden. Maar, zegt hij: 'Als het lekker loopt, gaat het minder bewust dan wanneer dat niet zo is. In het laatste geval schenk je er meer aandacht aan.' Tijdens zijn coschappen werd hij geconfronteerd met een jonge, academisch geschoolde man met teelbalkanker. 'Het greep me aan. Hij was twee jaar ouder dan ik.' Op dat moment ging dat ten koste van zijn professionele functioneren, geeft hij toe. 'Ik was overdonderd bij



Wanneer je eenmaal dokter bent, moet reflecteren een impliciet onderdeel van je werk zijn.

het slechtnieuwsgesprek. Het had mij ook kunnen overkomen, dacht ik. En daardoor was ik er niet helemaal voor de patiënt. De volgende keer kan ik me waarschijnlijk meer empathisch opstellen, omdat ik het al een keer heb meegemaakt.'

Van Oosterhout beklagt zich niet over de veelheid aan reflectiemomenten in zijn studie. Er is aandacht voor, maar hij hoeft geen portfolio te maken zoals sommige curricula tegenwoordig verplichten.

Kathelijne Groeneveld: 'Als ik me ergens onzeker over voel, praat ik daarover met een andere coassistent. Daarna is het uit de lucht.' Ze vindt het echter onzinnig om zo'n casus tijdens de coachingsbijeenkomst nog eens te moeten herkauwen.

Sanne Zinkstok, zesdejaars in Amsterdam, kreeg een geagiteerde assistent aan de lijn in haar eerste week van de coschappen. Of ze 'snel even hechtsetjes kon komen brengen'. 'Ik moest in korte tijd nog drie patiënten statussen en wist niet

waar die setjes lagen. Dus ik zei dat ik liever afmaakte waar ik mee bezig was.' Nadat de assistent boos had opgehangen, pleegde ze ruggespraak met een collega. Of ze niet te brutaal was geweest.

Natuurtalenten

Het gaat er bij reflectie vooral om dat je jezelf leert kennen. Hoe reageer je? Wat maakt indruk op je? Het eerste heftige reflectiemoment komt voor veel studenten in het eerste jaar tijdens de 'verpleegstage': een maand lang werken op het niveau van de verpleegkundige om kennis te maken met de zorgpraktijk, zieke en behoeftige mensen. Een confronterende ervaring die een appèl doet op je emoties.

Kun je er tegen om verkeersslachtoffers te zien? Met de stress omgaan die daarbij hoort? 'Sommige studenten zeggen na zo'n ervaring: ik kies een ander vak', aldus Van de Lisdonk. Het gebeurt dat studenten binnenkomen met een ER-gevoel. 'Die denken dat een arts snel een patiënt redt, waarna iedereen vrolijk naar huis gaat. In de praktijk probeer je vaker de patiënt een zo goed mogelijke kwaliteit van leven te bieden, dan dat je wonderen verricht.'

Sanne Zinkstok zit in het laatste jaar met het oude curriculum. Ze reflecteerde in de praktijk en tijdens acht bijeenkomsten met een arts en een medisch psycholoog. Zinkstok denkt voldoende toegerust te zijn, mede doordat ze voor haar geneeskundestudie een opleiding volgde waarin ook aandacht was voor reflectie. 'Door het maken van een persoonlijk ontwikkelingsplan leerde ik na te denken over de rol die ik in teams bekleed, maar ook wat voor uitwerking bepaald gedrag op anderen heeft. Daardoor ben ik me bewuster geworden van de keuzes die ik maak.' Ze denkt dat het nieuwe curriculum, met veel verplichte reflectie, beter is dan het oude. 'Als je leert hoe je een situatie van een afstand kunt bekijken en daar met medestudenten over praat, wordt het denken op dit niveau steeds vanzelfsprekender.'

Van de Lisdonk: 'Sommige studenten zijn natuurtalenten. Zij zijn kritisch en denken gemakkelijk na over hun eigen handelen. Reflecteren is een hoog intellectuele vaardigheid. Ben je geen natuurtaent, dan leer je reflecteren door het zoveel mogelijk te doen. Op den duur zit het in je systeem. Het is prachtig als je daarmee bezig kunt zijn zonder dat het je agenda verstoort.' ●

Noten:

1. VAAR: Volgen, Annoteren, Analyseren, Reflecteren.



antwoord zoekplaatje

Het goede antwoord luidt: b. Mannen die roken lopen veel risico op het ontwikkelen van een zwarte tong. Een zwarte, harige tong (lingua villosa nigra) verschromt lang worden en bruin of zwart. De enige remedie is stoppen met roken en de mondhygiëne verbeteren. In sommige gevallen verdwijnt het fenomeen zelfs vanzelf.



Recht op geld

Al jaren willen coassistenten een stagevergoeding, maar tot nu toe 'werken' zij nog altijd gratis. Moet de stagevergoeding er komen?

Liath Bensoussan, bezig met haar laatste coschap in Nijmegen

'Ook al zijn coschappen een leersetting, we werken ook. Voor de zoveelste keer bloed prikken, de bloeddruk meten of een arts bellen over een labuitslag, dat is gewoon werk. Daarom vind ik dat we recht hebben op een vergoeding van minstens tweehonderd euro per maand. Een bijbaan hebben tijdens je coschappen is niet te doen. We werken 45 uur in de week en het is veeleisend. Je kennis wordt constant getoetst, je moet je steeds verbeteren en als jong mens word je geconfronteerd met veel ellende. Als je overdag voor de eerste keer een doodgeboren kind op de wereld helpt zetten, moet je als je thuiskomt tijd overhouden voor zelfreflectie. Dat kan niet als je meteen weer door moet naar je bijbaan of als je geldzorgen hebt.'

Ronald van den Bosch, zesdejaars Utrecht

'Ik vind een stagevergoeding helemaal geen goed idee. Er gaat nu al een hoop geld naar de coschappen toe. Ziekenhuizen krijgen jaarlijks boven de tienduizend euro om co's te laten rondlopen. Als de ziekenhuizen de vergoeding zelf moeten betalen, zullen ze minder geneigd zijn co's toe te laten. Er zal dus extra geld moeten komen en onze studie kost de maatschappij al zoveel geld. Ik vind dat je als geneeskundestudent gewoon maar extra moet lenen bij de IBG. Dat doe ik ook. Later krijgen we tenslotte toch een redelijk salaris en kunnen we het makkelijk terugbetalen.

Als je een vergoeding krijgt, kunnen artsen en afdelingen je nog meer de rotklusjes laten doen. Want je krijgt er toch voor betaald. Nu kun je nog zeggen dat je in het ziekenhuis bent om te leren en niet om te werken.'

Brigitte Marlene Sondermeijer, zesdejaars Amsterdam (UvA)

'Ik ben bestuurslid van de KNMG Amsterdam en ben met de KNMG en de LAD (Landelijke vereniging van Artsen in Dienstverband, red) al een tijd bezig voor een stagevergoeding. We hebben er gewoon recht op, omdat we niet alleen leren maar ook werken. Voor een chirurg aan de klemmen hangen, is gewoon productie draaien. Daar mag wel zo'n tien euro per dag tegenover staan. Wij willen nu proberen de politiek zover te krijgen dat er extra geld komt. Onze doctoraalstudie wordt natuurlijk wel al flink gesubsidieerd. Als de overheid geen stagevergoeding wil betalen, is het een idee om de studie duurder te maken. Daarmee bereik je dat de grote stroom geneeskundestudenten die nu bijna niks betalen en niet allemaal co worden, de mensen die het wel volhouden kunnen bekostigen.' (MM)

Wil je ook eens je mening geven in deze rubriek? Mail dan je telefoonnummer naar artsinspe@medischcontact.nl

kwik