





# Ook **emoties** horen bij dokter worden



**Specialist ouderengeneeskunde Esther Helmich schreef haar proefschrift over de gevoelens van geneeskundestudenten. Daar zou meer aandacht voor moeten zijn, vindt ze. 'Want wie zich niet bewust is van zijn eigen emoties, laat soms ongemerkt niet-professioneel gedrag zien.'**

**Susanne Fledderus en Henk Maassen**

**M**edisch onderwijs gaat in essentie over 'dokter worden'. Praktijkstages van ongeveer een maand in het eerste jaar van het medisch curriculum zijn bedoeld om daarvoor de eerste zaadjes te planten. Die eerste praktijkervaringen zijn vaak sterk emotioneel gekleurd; studenten zijn dikwijls voor het eerst in hun loopbaan getuige van ingrijpende situaties zoals overlijden of ernstige ziekte.

Esther Helmich promoveerde eind september aan de Radboud Universiteit Nijmegen op het proefschrift *Becoming a doctor*, waarin ze nagaat hoe en waarom zulke vroege praktijkervaringen kunnen bijdragen aan de emotionele en professionele ontwikkeling van geneeskundestudenten. Ze werkt als opleider en specialist ouderengeneeskunde in verpleeghuis Vreugdehof in Amsterdam. Daarnaast coördineert ze de coschappen huisartsgeneeskunde, ouderengeneeskunde en sociale geneeskunde in het UMC St Radboud. Deze functie verruilt ze binnenkort voor een baan als senior-onderzoeker in het AMC.

## **Professionaliteit**

Waar het Helmich om gaat, is in hoeverre artsen en vooral ook artsen in spe hun emoties kunnen leren hanteren, en hoe je dat kunt toetsen. Want één ding staat vast voor Helmich: 'Professionaliteit is het leren omgaan met emoties. Het kennen, herkennen en registreren van emoties.

En ook weten wat je daarmee moet doen. Als je voelt dat je boos wordt of merkt dat je het gesprek met een patiënt niet interessant vindt, dan moet je in staat zijn dat niet alleen te herkennen, maar ook om daar adequaat op te reageren.'

Op het moment is er, vindt ze, te weinig aandacht voor emoties in de geneeskunde-opleiding. 'Veel aandacht gaat uit naar het trainen van een anamnese, naar het communiceren van een uitslag. Maar als begeleider moet je je terdege realiseren dat studenten van alles meemaken, zowel in positieve als in negatieve zin. Wat moeten ze daarmee? Nu stoppen ze het weg, vertellen ze het thuis of gaan ze een rondje hardlopen. Terwijl het juist goed zou zijn om bij emoties stil te staan. Want wie zich niet bewust is van zijn eigen emoties, laat soms ongemerkt niet-professioneel gedrag zien.'

## **Faalangst**

De vraag is of een praktijkstage daarvoor het fundament kan leggen. Helmich denkt van wel. 'Maar', geeft ze toe, 'het effect van de stage is niet direct meetbaar.' Ze vervolgt: 'Uit onderzoek weten we dat niet-professioneel gedrag tijdens je opleiding het aantal tuchtklachten tijdens je latere loopbaan voorspelt. Wat dat betreft kan de stage een signaalfunctie hebben. De stage brengt bijvoorbeeld studenten in beeld die erg faalangstig zijn en die we daarna begeleiding kunnen bieden met een faalangsttraining

## Vier studenten

In de medische opleiding hoort aandacht te zijn voor de verschillen tussen studenten, zeker als het gaat om hun emotionele en professionele ontwikkeling. Esther Helmich heeft haar collega Jacobien Erbrink daarom gevraagd om een boek te schrijven waarin vier studenten met uiteenlopende karakters worden gevolgd tijdens hun praktijkstage. *Op de toekomst!* is gebaseerd op personen en karakters die Helmich tijdens haar promotieonderzoek tegenkwam, maar verder volledig fictief. Centraal staan de evenwichtige Steven, de nerveuze, mooie Dana, de gevoelige Sanne en de afstandelijke, intelligente Mirjam. Behalve Mirjam maken ze allemaal een ontwikkeling door: ze leren van hun ervaringen. Mirjam blijft onaangeraakt door wat ze meemaakt, en is eigenlijk meer wetenschapper dan clinicus. Citaat: 'Wat haar betreft is het een opluchting dat de stage is afgelopen, dat ze het ritme van studeren weer op kan pakken en haar dagindeling weer zelf in de hand heeft.' Ze kan zich niet voorstellen dat Steven zelfs een bijbaan in het verpleeghuis heeft aangenomen: '...steeds die patiënten met hun voorspelbare symptomen en vragen. Met hun onsmakelijke klachten en luchten.'

Het boek leest makkelijk weg, en is met name geschikt om eerstejaars voor te bereiden op hun kennismaking met de praktijk. Dat is ook wat schrijfster Jacobien Erbrink voor ogen had: 'Eerstejaars studenten in Nijmegen krijgen het boek voorafgaand aan de stage. We weten dat studenten er behoefte aan hebben ervaringen van anderen te horen. Ik denk dat het boekje aan die vraag tegemoetkomt.'



*Op de toekomst!* is te verkrijgen via Esther Helmich: [e.helmich@elg.umcn.nl](mailto:e.helmich@elg.umcn.nl)

of een consult bij de studentenpsycholoog. De emotionele ontwikkeling van studenten zou eigenlijk tijdens de hele opleiding gevolgd moeten worden. In de ideale setting begeleidt een coach een groepje van ongeveer twaalf studenten. Deze coach zou dan in de gaten moeten houden hoe het met de student gaat en wat die nodig heeft om tot een goede prestatie te komen. Dan kan er tijdig worden bijgestuurd. De stage zou hier een uitstekend begin voor zijn.'

Toch is de waarde van de praktijkstage nog steeds omstreden. 'Bij elke curriculumvernieuwing ontbrandt de strijd of we ermee door moeten gaan. Het is ook niet zo dat alle medische faculteiten de stage in dezelfde vorm aanbieden. Aan de VU bijvoorbeeld lopen studenten uitsluitend in het ziekenhuis stage. Hoe dan ook, op de meeste faculteiten krijgen studenten vroeg in de opleiding wel een praktijkstage, maar daarna valt er een groot gat tot aan de coschappen. Eigenlijk zou je tot aan de coschappen elk jaar zo'n stage moeten organiseren.'

Het verpleeghuis is daarvoor de 'ideale omgeving' vindt de specialist ouderenzorg. 'Patiënten zijn er de hele dag.

Er heerst ook wat meer rust dan in een ziekenhuis. Als je de patiënt centraal wilt stellen is het goed om dat te doen in een setting waar men dat als vanzelfsprekend beschouwt. Wij zijn gewend om naar mensen te luisteren: wat wil een patiënt nog in het leven, welke dingen geven meerwaarde. We zijn daarbij ook erg gewend om in een team gelijkwaardig samen te werken. Bovendien: met ouderen krijgt straks bijna elke discipline in de geneeskunde te maken. De patiënt van de toekomst is een oudere met minstens drie chronische aandoeningen. Het is niet verkeerd om daar op tijd kennis mee te maken. En tijdens de coschappen komt het verpleeghuis meestal niet veel aan bod.'

### Openhartig

Helmich heeft tijdens haar onderzoek kunnen waarnemen hoezeer artsen en verpleegkundigen fungeren als rolmodel voor de jonge studenten, ook als ze niet formeel opleider zijn. 'Van die functie zijn ze zich – ook tijdens de coschappen – onvoldoende bewust. Ze moeten beseffen dat er altijd naar ze wordt gekeken en vooral ook dat hun gedrag wordt afgekeken. Hoe zit je er tijdens het ochtendrapport bij? Voer je tijdens de lunch wel of niet het hoogste woord? Tegen wie zeg je goedemorgen en tegen wie niet?'

'Teach the teachers' is daarom geen overbodige luxe, vindt ze. Begeleiders zouden niet alleen moeten leren op de effecten van hun eigen gedrag te 'reflecteren', maar ook moeten leren om, meer dan nu het geval is, openhartig te zijn over hoe ze zich op bepaalde moeilijke momenten voelen. 'Zodat hij of zij bij een volgend geval tegen een student zou kunnen zeggen: "Ik voelde me onzeker, misschien had ik dit anders moeten aanpakken".'

### Verpleegkundigen

Een opvallende uitkomst van Helmichs onderzoek is dat studenten bij het ontwikkelen van een band met patiënten zich meer spiegelen aan verpleegkundigen dan aan dokters. 'Ze zien natuurlijk die verpleegkundige, omdat ze aan haar of hem tijdens de praktijkstage gekoppeld worden, dus daar ligt hun focus. Verpleegkundigen hebben meer tijd voor patiënten. Dokters komen binnenstomen en gaan weer weg. Die spanning is interessant en die hoeven ze niet op te lossen tijdens de eerste stage. Ze hoeven immers ook nog niets te doen in de rol van dokter. Pas later als coassistent hebben ze meer bagage en voelen ze zich meer verplicht zich als dokter op te stellen, terwijl ze gevoelsmatig toch nog dichterbij de verpleging staan.' Natuurlijk moeten studenten leren kort en bondig te zijn, gaat Helmich verder. Later als arts moeten ze soms ook kort van stof en zakelijk kunnen zijn. 'Maar de meeste van mijn collega's in het verpleeghuis lukt het ook dan nog goed om patiënten in de volle breedte te benaderen, dus niet alleen te focussen op de medische problemen. Het zou goed zijn als meer dokters hiertoe in staat waren. Daarom is het zo mooi dat studenten daarmee al kennismaken tijdens de praktijkstage.' *Ais*