

Fake it till you make it

Hester Roos (pseudoniem) is in opleiding tot huisarts. Maandelijks verschijnt er een column van haar op www.medischcontact.nl

beeld: Thinkstock



Je eerste baan als arts, wie kan het zich niet meer herinneren? Trots op de recepten die je eindelijk mag ondertekenen, terwijl de onzekerheid uit je poriën druipt. Een sprong in het diepe, terwijl je amper nog kunt zwemmen. Mijn eerste doktersstappen vonden plaats bij de kindergeneeskunde. Met zwetende handjes oudergesprekken voeren op de neonatologie met kersverse ouders van een roze frummel met het gewicht van een pak suiker. Bid-dend tot Hippocrates en je supervisor dat je enigszins de stortvloed aan vragen zult kunnen beantwoorden. In galop naar de verloskamers voor een kind met een slechte start, je angst zo goed mogelijk verstopt onder je gladgestreken witte jas. Herkenbaar?

De huisartsopleiding is met zijn stages een continuüm van 'nieuwe banen' met de bijbeho-rende opstartproblematiek. Begin dit jaar zat ik

bij de psychiatrie. Ik vond het moeilijk en confronterend. Zowel waar het mijn eigen emoties betrof als vakinhoudelijk. Ik bevroor, twijfelde, durfde geen knopen door te hakken. En ondanks mijn gewicht van ongeveer zestig pakken suiker wisten de psychiaters

op hun beurt zich klaarblijkelijk ook niet zo goed raad met mijn slechte start. Beademing was niet nodig, geruststelling en begeleiding des te meer. Maar gehoord voelde ik me niet. Had ik mijn zwakke kanten en mijn onzekerheden niet moeten tonen? Ik besprak het met een collega. 'Tja', zei ze, 'je bent een goede arts. Zorgvuldig. Als mijn moeder ziek zou worden zou ik haar misschien liever door jou laten behandelen dan door mezelf. Maar het is toch een beetje *fake it till you make it*.'

Zo zit het dus. Je bent dokter, dus straal dat dan ook uit. Bluf je er maar doorheen.

Natuurlijk, een patiënt heeft een bepaalde dosis zelfvertrouwen van zijn arts nodig om zich veilig te voelen. Er zijn genoeg onschuldige situaties waarin een tikkeltje bluf geen kwaad kan. Maar bluffen om je geloofwaardigheid te ondersteunen, is dat goede kwaliteit van zorg? Zelf ben ik een kei in de andere kant van de medaille, die van perfectionisme en twijfel.

Ook niet altijd iets om trots op te zijn. Zodra ik mezelf niet competent voel, schiet ik in de onzekerheid en vraag ik om bevestiging. Dat vraagt tijd en moeite van een opleider. Maar zeg nou zelf, is die leercurve niet grotendeels wat je nodig hebt om uiteindelijk niet te hoeven faken?

Mijn opleiding vordert gestaag. Ik groei – als mens, als arts. Ik kan mijn onzekerheid beter de kop indrukken, durf mijn perfectionisme vaker los te laten. Ook mijn stage gynaecologie komt tot zijn eind. Een stageplek waar ik me ook na drie maanden poli nog vrij voel om mijn supervisoren te bellen met mijn vragen. Ze luisteren, denken mee, stimuleren en motiveren. Ze geven me hun vertrouwen, waardoor ik durf te zwemmen zonder bandjes en ongelooflijk veel leer. En terwijl de psychiatrie voelde als een strijd die ik enkel kon verliezen, verlaat ik hier volgende week het pand met opgeheven hoofd. En ben ik weer een stap dichterbij het huisarts worden.

***Je bent dokter,
dus straal dat dan ook uit***

/columns



De online columnisten van Medisch Contact laten zich af en toe ook in het tijdschrift lezen. Zie voor al hun prikkelende bijdragen: www.medischcontact.nl/columns.