

Demelza

over De Vitale Dappere Dokters



Internist Demelza Hoogwerf en collega-opleider Gert Jan Timmers

“Het wordt
tijd dat we

open en
eerlijk
durven zijn”

Arts-assistenten vormen de nieuwe lichting knappe dokters. De geleerde dames en heren die de antwoorden hebben en alles aankunnen. Die weten wat er scheelt en snappen wat er speelt. Althans, zo zijn vaak de verwachtingen. ‘Zonde!’ vindt internist Demelza Hoogwerf, de bedenker van het trainingsprogramma De Vitale Dappere Dokter. ‘Want al die verwachtingen staan je groei in de weg. Het wordt tijd dat we open en eerlijk durven zijn over onze ervaringen.’

Neus dicht en springen. Als net afgestudeerde arts moet je meteen aan de slag. En dat valt heus niet altijd mee. Je moet tenslotte nog kilometers maken. ‘Wellicht beheers je de kennis, maar hoe ben jij dokter als mens? Hoe voer je bijvoorbeeld een slecht nieuwsgesprek? En wat doe je als je twijfelt over een diagnose of behandeling? Hoe ga je om met pijn en verdriet? Of met stress?’ Demelza maakt het bespreekbaar en behapbaar binnen haar programma De Vitale Dappere Dokter. Het werd bekroond met de opleidingsprijs van het jaar, uitgereikt door de Nederlandse Internisten Vereniging.

Ambitieuze wereld

‘Laten we eerlijk zijn. Het is soms best pittig om arts te zijn. En toch wordt dat lang niet altijd toegegeven. Er heerst in ons vak nog te veel een moraal van hard werken en je niet laten kennen. Aangewakkerd door flinke toelatingseisen, carrièredromen en concurrentiestrijd. De medische wereld is een zeer ambitieuze wereld, waar helaas nog onvoldoende aandacht is voor de kwetsbare kanten van het vak.’ Demelza geeft een herkenbaar voorbeeld: ‘Er zijn zoveel vragen nooit gesteld, vanwege de angst voor afkeur. Zoveel ontwikkelkansen zijn onbenut gebleven door onzekerheid... Dat is toch zonde en helemaal niet nodig...’ ▶

Leren sterk te staan

Op haar afdeling Interne geneeskunde begeleidt Demelza 18 arts-assistenten. Dat doet zij sinds een jaar volgens haar eigen programma De Vitale Dappere Dokter, samen met collega opleider Gert Jan Timmers. Maandelijks wordt er tijd gemaakt om met elkaar te zitten en ervaringen te delen.

‘We leren om sterk te staan, juist ook door je kwetsbaarheid te tonen. We leren hoe we in elkaar zitten. Hoe we reageren. Hoe we ons manifesteren. En we stellen de vraag “Hoe gaat het eigenlijk met jou?”. Je zou het bijna vergeten als je continu voor anderen zorgt...’

Eigen kunnen

Ook krijgen de arts-assistenten elke week coaching on the job, met aandacht voor compacte, persoonlijke groeidoelen. Demelza licht toe: ‘Dankzij de directe terugkoppeling word je snel bewuster van je eigen kunnen.’ Daarnaast zijn er elk kwartaal sessies waarbij ook ervaren collega’s hun verhaal vertellen. En dan juist niet de succesverhalen, maar de vallen-en-opstaan-situaties. De struikelpartijen of de emotionele uitdagingen. Demelza: Dat biedt zoveel waardevolle informatie en aanleiding tot zelfreflectie en ontwikkeling! Hoe je omgaat met anderen, met twijfels en met jezelf.’

Leren om
sterk te
staan

juist door
kwetsbaar
te zijn

Bepaalde vooroordelen en stigma’s kunnen je makkelijk in een bepaalde rol drukken, namelijk die van alwetende superarts. Maar dat is natuurlijk niemand. ‘Ik heb liever een arts die durft te zeggen dat zij twijfelt en een collega wil raadplegen, dan een arts die quasi zelfverzekerd doet alsof hij het wel weet, maar stiekem toch twijfelt. Als je vragen stelt, ben je niet dom, maar juist verstandig. Wie zich kwetsbaar opstelt, is niet zwak, maar juist krachtig.’

Boost

De meeste arts-assistenten zijn ‘op doorreis’ naar hun specialisatie of een carrière als huisarts en lopen vaak maar één tot twee jaar mee. Demelza grijpt desalniettemin haar kans: ‘We willen ieder van hen zo goed mogelijk leren kennen. Om in dat jaar hun zelfvertrouwen een boost te geven. Zodat zij hier weggaan met geloof in zichzelf en vertrouwen in hun eigen kunnen.’

Ten opzichte van andere ziekenhuizen ontvangt de afdeling Interne geneeskunde bovengemiddeld veel sollicitatiebrieven. Demelza straalt: ‘Studenten hebben gehoord van onze menselijke aanpak en willen dat ook. Zoiets gaat als een lopend vuurtje. Ze willen maar al te graag hier werken.’ Maar ook aan de kant van andere organisaties is interesse. Er zijn al twee andere ziekenhuizen die met De Vitale Dapper Dokter aan de slag willen. Eind 2023 volgt de evaluatie. Als het aan Demelza ligt gaat het programma daarna landelijk en zijn er op termijn alleen nog maar vitale en dappere dokters in de zaal. ■

