

Arts zoekt praatpaal

Sparren met een coach wordt steeds normaler voor artsen. Loopbaanbegeleiding is een uitkomst wanneer een arts tegen problemen aanloopt. Nog beter is sparren met een coach voordat de problemen ontstaan.

Een huisarts merkt dat hij 's ochtends met steeds grotere tegenzin aan de slag gaat. Hij werkt in een gezondheidscentrum in een grote stad, met vijf collega-artsen. Hij voelt zich onvoldoende betrokken bij het centrum. Het liefst zou hij verkassen naar een kleinere praktijk ergens op het platteland. Maar hij kan zo'n beslissing niet in zijn eentje nemen. Hij heeft een vrouw. Een vrouw met een baan. Verkassen betekent dat zijn vrouw ontslag zal moeten nemen. Zij voelt daar bitter weinig voor. Een patstelling. Een arts in opleiding begint halverwege zijn coschappen hevige twijfels aan zijn keuze voor interne geneeskunde. De hoeveelheid administratieve taken valt hem rauw op zijn dak en opeens lijkt gynaecologie hem stukken interessanter. Wat nu? Een KNO-arts heeft een aanbod gekregen zich in te kopen in een maatschap. Maar wil hij dat wel? Wat zijn de pro's en contra's? Legt hij zich vast als hij op het aanbod ingaat?

STRUBBELINGEN

Artsen moeten goed luisteren naar hun patiënten. Maar soms hebben zij zelf ook een luisterend oor nodig. Bijvoorbeeld omdat hun werk niet meer genoeg voldoening geeft of omdat er strubbelingen zijn in de combinatie werk en privé. Op zulke momenten kan sparren over het werk lucht geven en een oplossing in zicht brengen. Dat sparren lukt vaak niet met collega's. Werk is op de werkplek een lastig onderwerp. En thuis lukt het ook niet altijd. Partners kunnen tegengestelde belangen hebben. Gelukkig zijn er professionele coaches. Loopbaanbegeleiding biedt uitkomst. De KNMG kreeg vorig jaar tweehonderd aanvragen voor loopbaanbegeleiding. Geen indrukwekkend aantal, beaamt Marlies de Rond,

beleidsmedewerker bij de KNMG, maar zij vermoedt dat het aantal artsen dat rondloopt met loopbaanvragen vele malen groter is. Een indicatie hiervoor is het aantal keer dat de loopbaanwijzer van het wervings- en selectiebureau BKV in de eerste helft van dit jaar is ingevuld: per maand 250 keer. De Rond: "Artsen zijn geneigd door te sukkelen. Het duurt lang voor ze de telefoon pakken en hulp zoeken. Veel artsen schamen zich als het ergens wringt, terwijl het juist goed is met twijfels aan de slag te gaan. Het is namelijk jammer als die twijfels ertoe leiden dat mensen het vak verlaten. Een arts die op de juiste plek zit, verlies je niet, en daar gaat het de KNMG om."

LOOPBAANCHECK

Ook het Carrièrecentrum voor Artsen wil artsen voor het vak behouden. In augustus 2009 heeft het centrum in Utrecht zijn deuren geopend. Senior consultant Marleen de Bruyn: "Wij willen dat het voor artsen normaler wordt om een paar keer in de loopbaan pas op de plaats te maken en stil te staan bij zichzelf. Vindt de arts het nog wel leuk om dit vak uit te oefenen? Dan moet hij het sluimerende ongenoegen erkennen en er iets mee doen. Dat kan alleen maar een positief effect hebben." In de meeste cao's binnen de gezondheidszorg is al opgenomen dat werknemers eens in de vijf jaar recht hebben op een loopbaancheck. "Dat gaat inderdaad steeds meer gebeuren, dat een arts van tijd tot tijd naar een coach toegaat en niet pas als hij tegen een probleem aanloopt", voorspelt Desiré van Teeffelen van Touch, training en coaching dat veel werkt in opdracht van het KNMG Loopbaanbureau. "Iedereen heeft zijn eigen blinde vlek, zijn eigen aannames. Een andere kijk van tijd tot tijd kan een heel verhelderend effect hebben.

Een coach kan de arts op een professionele manier wakker schudden." Als voorbeeld noemt Van Teeffelen een huisartsenkoppel dat eens in het halfjaar bij haar komt sparren. Hoe gaan we de taken in de praktijk herverdelen nu de kinderen het huis uit zijn? Gaan we wel of niet naar een nieuwe praktijkruimte? Onder aios constateert Van Teeffelen al veel meer openheid rond coaching. "Voor hen is het een normaal gespreksonderwerp. In de huidige opleiding wordt aandacht besteed aan coaching, dat scheelt natuurlijk. Ik kom aios tegen die zich afvragen of ze het harde werken ervoor over hebben. Of basisartsen die nog niet weten wat ze willen. Dat zijn vragen die artsen zichzelf twintig jaar geleden nog niet stelden. Bij 40-plussers is die openheid er nog lang niet. Ik heb zelfs wel eens iemand begeleid van wie het eigen gezin niet eens wist dat hij bij mij kwam."

VANUIT HUN HART

Een arts moet stilstaan bij wat hij zelf wil, het liefst nog voordat serieuze problemen de kop opsteken. Maar wat dan? Als hij eenmaal in een maatschap of in een huisartsenpraktijk zit, is het lastig nog te verkassen, geeft De Bruyn toe. "Daar kan een arts in zijn *midlife* tegenaan lopen, dat hij zo vastzit. Hij kan niet zomaar van de ene maatschap naar de andere overstappen." "De mogelijkheden liggen niet voor het oprapen", zegt Rob Lokenberg, die niet alleen huisarts is, maar ook coach voor Arts of Authenticity. "Niet zoals in het bedrijfsleven ten minste. Als arts ben je heel gespecialiseerd opgeleid, waardoor switchmogelijkheden beperkt zijn. In ons vak begin je doorgaans als huisarts en eindig je als huisarts." Lokenberg gaat daarom in eerste instantie niet

op zoek naar een andere functie voor zijn cliënten. “Wij geloven in het aanpakken van de kern. Ooit was het werk de passie. Hoe kan de arts weer contact maken met dat gevoel? Hoe raakt hij weer geïnspireerd in het vak? Waar is hij van het pad afgeweken? Waar liggen de weerstanden en hoe kan hij met die weerstanden leren omgaan?”

Regelmatig vinden huisartsen de passie voor hun vak terug door zichzelf toe te staan meer vanuit hun hart te werken. Lokenberg: “Deze huisartsen willen meer tijd voor hun patiënten. Ze willen niet alleen productie draaien. Ze halen veel meer voldoening uit hun vak als ze betekenisvol kunnen zijn. Daarvoor is het nodig zichzelf de tijd en ruimte te gunnen om echt contact met de patiënt te maken. Dat lukt beter wanneer artsen vanuit authenticiteit kunnen werken.”

NIEUW SAUSJE

Artsen hebben wel degelijk de ruimte om van werkplek te switchen, meent De Rond. Als voorbeelden draagt ze huisartsen aan die de opleiding tot specialist ouderengeneeskunde gaan volgen of bedrijfsgeneeskundigen die zich omscholen tot verzekeringsarts. Daarnaast hebben artsen volgens haar verschillende mogelijkheden om hun carrière van een nieuw sausje te voorzien, bijvoorbeeld door bestuursfuncties op zich te nemen binnen hun eigen wetenschappelijke vereniging. Of door zich te specialiseren op nog een ander gebied. “Je ziet bijvoorbeeld huisartsen die palliatief consultant worden of die als opleider gaan werken. Daarmee maken ze hun werk toch weer leuker. Mensen moeten alleen wel op het idee worden gebracht en daar zijn wij voor. Kijk, iedereen is weleens ontevreden. Maar als je al jaren ontevreden bent, doe er dan wat mee.”

Het Carrièrecentrum voor Artsen houdt via evaluaties in de peiling hoe de geboden begeleiding wordt gewaardeerd. De Bruyn: “In het algemeen zien we terug dat het beter gaat met de betrokkenen, dat ze hun leven weer op de rit hebben gekregen. We lezen bijvoorbeeld over aios die switchen van opleiding of die de werkdruk beter aankunnen.”

De huisarts die droomt van een praktijk op het platteland voerde een handvol gesprekken met een loopbaanbegeleider. Die gesprekken leverden inzicht op in de manier waarop belangrijke keuzes idealiter tot stand komen; vanuit een positieve insteek. Intussen heeft de arts nagedacht over de vraag hoe hij zijn werk nog wél een kwart eeuw zou willen doen. Concrete stappen heeft hij nog niet gezet, maar die praktijk op het platteland, die komt er. Daarvan is hij overtuigd. ■

BKV, een wervings- en selectiebureau voor onder anderen basisartsen en medisch specialisten, heeft een loopbaanwijzer ontwikkeld voor artsen: www.werkvoorartsen.nl/loopbaanwijzer.html.



SP-TWEEDE KAMERLID EN VOORMALIG HUISARTS

HENK VAN GERVEN

“Ik wil de wereld beter maken en mensen helpen. Dat is de voornaamste reden waarom ik huisarts ben geworden, maar ook waarom ik actief in de politiek ben. Ik heb van huis uit politieke interesse meegekregen. Ik ben in 1977 tijdens mijn studie lid geworden van de SP. Die partij staat het dichtst bij mijn missie om mensen te helpen. Ook sprak de actieve geest van de SP me aan. Na mijn studie ben ik in één van de medische centra van de SP gaan werken. Die zijn in Nijmegen, Oss en Zoetermeer in de jaren '70 opgericht. Artsen werken daar in loondienst; de praktijk is niet te groot, er is veel aandacht voor de mensen en een terughoudend prescriptiebeleid. Daar ben ik tot 2003 als huisarts werkzaam geweest, terwijl ik daarnaast voor de SP actief was in de regionale politiek.

Toen ik als wethouder in Nijmegen werkte, was ik nog maar zo weinig in de praktijk dat een patiënt vroeg of ik nog wel een dokter kon zijn omdat ze me zoveel op tv zag. Toen besepte ik dat ik een keuze moest maken. Ik had het gevoel dat ik het vak niet goed meer kon uitoefenen. Als je een goede arts wilt zijn, moet je naar mijn mening zeker vier dagen in de praktijk aanwezig zijn. Het risico op fouten werd door mijn dubbele carrière te groot, waardoor ik in 2003 ben gestopt in de praktijk. Ik vond het wel moeilijk om de patiëntenzorg op te geven, want ik haalde er veel inspiratie uit. Contact met patiënten is echt de levensader, ze vertellen je zoveel waardoor je weet wat er speelt.

Ik zie de politiek als gezondheidszorg op grote schaal. Als politicus creëer je gezonde omstandigheden. De tweedeling in de maatschappij is mijn drijfveer om nu voor de SP in de Tweede Kamer te zitten. Zeker nu de rekening van de crisis bij de patiënt wordt gelegd, wat de tweedeling alleen maar groter maakt. De rijken betalen wel, maar het zijn de armen en (chronisch) zieken die de rekening betalen. Het steekt mij dat het bij andere partijen alleen nog maar om de begroting gaat en niet om de menselijkheid. Ik ben de enige arts in de Tweede Kamer. Ik vind dat artsen te vaak weggijken van de toename van de tweedeling en zich blind staren op betaling per verrichting en het ondernemerschap. Daarom wil ik de komende tijd mijn politieke carrière voortzetten.”