PSYCHOLOGIE
René Diekstra

Neem de dokter op!

Tweemaal per jaar geef ik samen met collega's van de Universiteit van Harvard een seminar aan docenten van universiteiten en hogescholen. Aan de deelnemers wordt gevraagd een video-opname van een college mee te nemen dat ze zelf goed vonden gaan. Twee dingen vallen op. Het eerste is dat docenten aanzienlijk verschillen in wat ze een goed college vinden. De een vindt het goed als er aandachtig wordt geluisterd, voor de ander moet er juist interactie zijn. Het tweede dat opvalt is, dat de ene docent veel meer moeite doet dan de andere om al tijdens het college na te gaan wat de studenten van de stof begrepen hebben. Het zijn de docenten die interactief te werk gaan én regelmatig feedback van hun studenten verzamelen die de meeste waardering krijgen van collega's, trainers en studenten. Video-opnames blijken hier bijzonder nuttig om vaardigheid en effectiviteit vast te stellen. Sinds kort weten we dat dit niet alleen voor onderwijs maar ook voor gezondheidszorg, in het bijzonder voor chirurgie, geldt. In oktober werd in het vooraanstaande medische tijdschrift 'New England Journal of Medicine', een artikel gepubliceerd dat wat mij betreft tot dé medische publicatie van 2013 mag worden uitgeroepen.
Het artikel beschrijft een onderzoek onder twintig 'bariatrische' chirurgen; chirurgen die mensen vanwege ernstig overgewicht opereren. Zij stuurden ieder een video-opname in van wat zij beschouwden als een door hen goed uitgevoerde operatie. De video's werden vervolgens anoniem voorgelegd aan een aantal zeer deskundige chirurgen en beoordeeld op getoonde vaardigheden. Tot verbazing van de onderzoekers bleken er tussen de opgenomen chirurgen grote verschillen in vaardigheid te bestaan.
Nog groter was hun verbazing toen uit andere gegevens bleek dat de patiënten van de 25 procent minst positief beoordeelde chirurgen veel vaker postoperatieve complicaties hadden, dat hun operaties aanzienlijk langer duurden, en dat ze vaker opnieuw geopereerd of opgenomen moest worden. Mede als gevolg daarvan bleek ook de sterfte onder die patiënten hoger. Als psycholoog vind ik een andere conclusie uit het onderzoek evenzeer verontrustend. De 25 procent minst positief beoordeelde chirurgen hadden een video ingestuurd van wat zij nota bene zelf als een goede operatie beschouwden! Wat hier speelt, is wat wel de 'vaardigheidsillusie' wordt genoemd. Dat is het verschijnsel dat als je in vergelijking met collega's minder vaardig bent maar je daarvan niet bewust, dat tot zelfoverschatting leidt. Met, in het geval je chirurg bent, voor je patiënten niet zelden ingrijpende gevolgen. Conclusie? Verzeker u ervan, vóór u onder het mes moet, of uw chirurg recent weer eens 'opgenomen' (en 'beoordeeld') is geweest.

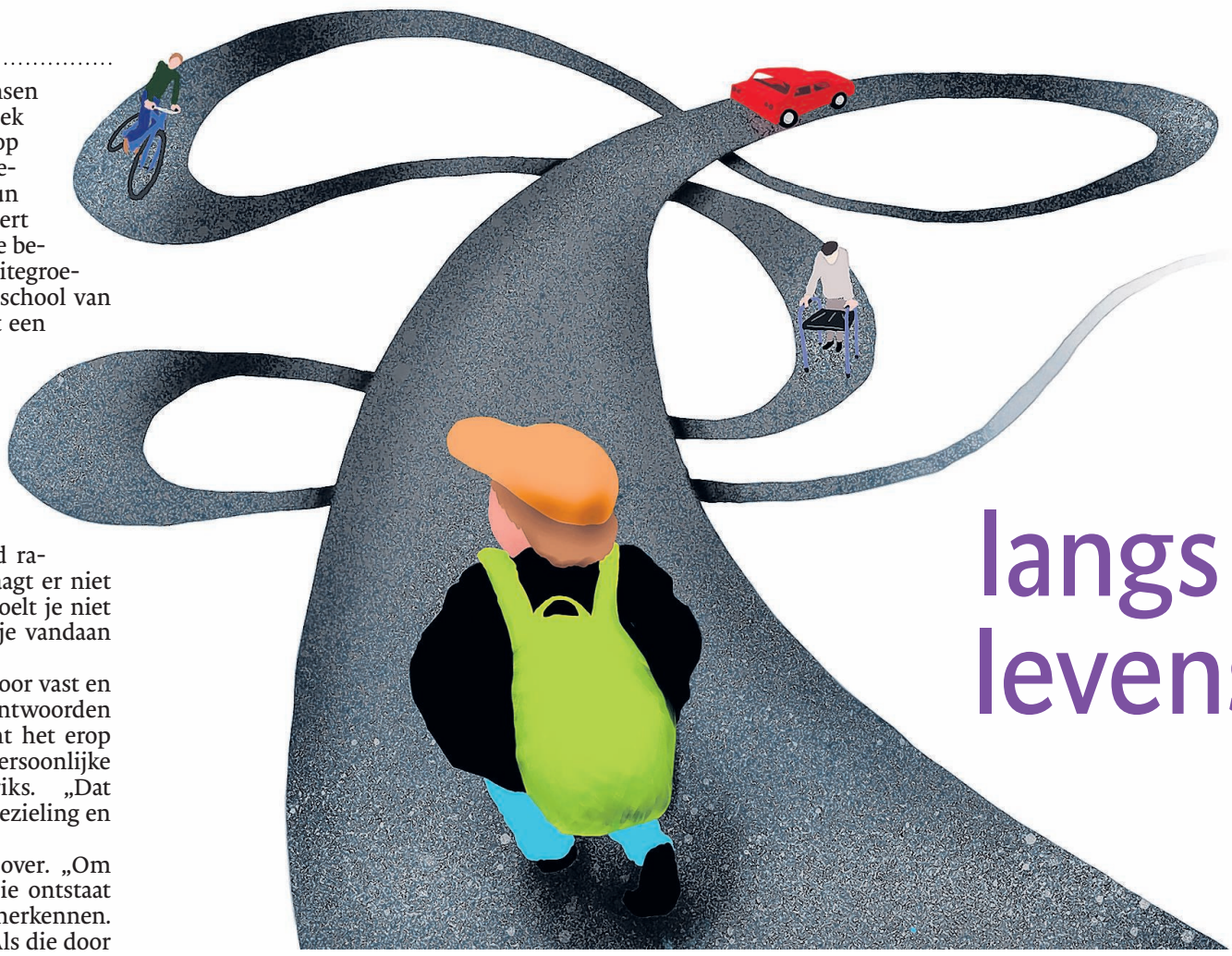
René Diekstra is professor in de psychologie.

LEVENSFASEN

● Geboorte ● Kind ● Jongere ● Volwassene ● Oudere ● Dood ● De lege ruimte

Tocht langs zeven levensfasen

door **Dora Rovers**
illustratie **Nourdin Kouch**



Zoals een plattegrond van een stad niet de stad is maar wel een manier om die te verkennen, is er nu een boek dat behulpzaam kan zijn bij het vinden van de onderliggende thema's in je leven. Met het 'Dagboek van de ziel' kijk je wat verschillende levensfasen voor je betekenen.

Vaak hebben mensen een (kern)thematiek in hun leven die op verschillende manieren steeds op hun pad komt, constateert Bertie Hendriks. De begeleider van opleidings- en retraitegroepen en mededirecteur van Itip, school van leven en werk in Zutphen, geeft een voorbeeld: „Het kan zijn dat iemand merkt 'ik kom nooit uit de verf' of 'ze zien me niet'. Dat is een hele kleine zin, die levensgrote vormen kan aannemen. Het kan zijn dat je hierdoor een plek op het werk krijgt die je eigenlijk niet wilt, je kunt hevig teleurgesteld raken door een gebeurtenis, je slaagt er niet in een partner te krijgen of je voelt je niet op je gemak in het gezin waar je vandaan komt."
Niet zelden lopen mensen hierdoor vast en zoeken zij naar verdieping en antwoorden op hun levensvragen. Dan komt het erop aan ruimte te maken voor je persoonlijke ontwikkeling, meent Hendriks. „Dat maakt dat je met meer plezier, bezieling en vertrouwen in het leven staat."
Hendriks schreef er een boek over. „Om troost en inspiratie te geven. Die ontstaat doordat mensen zichzelf erin herkennen. Dan doet het iets met de lezer. Als die door een bepaald thema wordt geraakt kan dat het begin zijn van een positieve verandering voor de toekomst."
Hendriks heeft het *Dagboek van de Ziel, de zeven levensfasen* genoemd. „Dagboek omdat dat de sfeer weergeeft waarin ik wil dat het wordt gelezen als een verkenning van het binnenste. Wat zijn de essentiële momenten van jouw leven? Wat brengen ze, wat zijn de opgaven? Wat vraagt het van je als je in een bepaalde fase bent vastgelopen? Hoe kun je daarop terugkijken? Wat kun je eraan doen, welke hulpmiddelen zijn er?"
Belangrijke inspiratie voor het boek dat Hendriks samen met Itip-begeleider Mirjam Tirion-Ietswaart schreef, zijn de mensen die zij tijdens hun werk ontmoetten. Tijdens opleidingen, retraites en conferenties georganiseerd door het Itip, waarbij deelnemers de 'meest fundamentele vragen over hun eigen leven' stelden en bereid waren 'zichzelf tot in alle uithoeken te leren kennen'.
In zijn boek zet Hendriks het leven neer als een uitdagende leerschool, waarin de ziel meereist door fasen als geboorte, kind, jongere, volwassene, oudere en dood. Met in iedere periode een bijbehorend geschenk, een opgave en specifieke thema's. En ook al heb je het begeleidende cadeau, een mogelijkheid voor uitbreiding van levensvervulling, over het hoofd gezien, dat kan alsnog worden uitgepakt. Een voorbeeld? Hendriks: „In de derde fase van de jongere, gaat het er om dat je jezelf leert kennen door op avontuur te gaan. Wat je soms ziet, vooral bij de mensen behorend bij de oudere generatie, is dat een zij een bepaald avontuur niet aangegaan zijn. Als mensen zich dat realiseren, zie je dat ze willen ontdekken en alsnog onbekend terrein inslaan. Dat kan gaan om seksualiteit of spiritualiteit. Soms zoeken mensen letterlijk het avontuur op en gaan met een rugzak de wereld in."
De terugkerende thema's tijdens de 'levensschool' vormen de leerstof om van te groeien. Het begin, de geboorte, zet de toon. Hendriks geeft een voorbeeld van hoe je dat zou kunnen zien. Hijzelf werd bijvoorbeeld 'tussen de bedrijven door' geboren als achtste telg in een gezin van dertien 'in het familiebedrijf opgenomen'. Zijn moeder stond te schilderen toen de eerste weeën zich aandienden, zijn vader kwam net te laat. 'Ik pas me gemakkelijk aan en ben goed in improviseren', schrijft hij om te illustreren dat zijn geboorte op een positieve manier zijn leven bepaalt. Zijn terloopse geboorte heeft ook een keerzijde: „Ik heb grote moeite mij voor te stellen dat ik als persoon belangrijk ben en iets te vertellen heb."
Nu Hendriks in de vijfde levensfase, die van de oudere, is aanbeland komt hij even goed met een boek. „Ik ben nu 62 en wilde nog iets schrijven waarmee ik bijdraag. Ik heb zo veel in mijn leven gekregen. Ik ben een dankbaar mens. Nu ik voel dat ik de berg aan het afgaan ben, wil ik geven wat ik kan geven."
De laatste fase in zijn boek over geboorte tot aan dood is die van 'De Lege Ruimte', over religie en verbondenheid met het grote geheel. „Dat zit ook in de andere fasen geïntegreerd maar dit moet je in wezen zien als de zondag die aanbreekt na zes werkdagen. Het is natuurlijk de bedoeling dat wat je op zondag betuigt, tijdens de werkdagen leeft. Maar de zondag is een aparte dag, omdat het goed is de tijd de rust en de stilte te nemen voor het contact met het hogere, met het hoogste in jezelf."

Bertie Hendriks en Mirjam Tirion-Ietswaart; *Dagboek van de Ziel, De zeven levensfasen.* Met nog niet eerder verschenen tekeningen van filmmaker en tekenaar Frans Zwartjes. Itip, 26,50 euro.

reageren?
gezondheid@depersdienst.nl