

Riet Koetsenruijter en Wilma van der Heide

REFLECTEREN

Boom

Handvatten voor
verpleegkundigen

3e druk



Reflecteren

Reflecteren

Handvatten voor verpleegkundigen

Riet Koetsenruijter
Wilma van der Heide

Derde druk

Boom

+ Online leeromgeving

Met onderstaande unieke activeringscode krijg je via www.boomstudent.nl toegang tot de online leeromgeving. Deze code is persoonsgebonden en gekoppeld aan de derde druk. Na activering van de code is de online leeromgeving twee jaar toegankelijk. De code kan tot zes maanden na het verschijnen van een volgende druk geactiveerd worden. De code is eenmalig te gebruiken.

Opmaak binnenwerk: Textcetera, Den Haag
Basisontwerp omslag: Dog & Pony, Amsterdam
Omslagontwerp: Coco Bookmedia, Amersfoort
Beeld omslag: ahavelaar

© Koetsenruijter, Van der Heide & Boom uitgevers Amsterdam, 2023

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl.

No part of this book may be reproduced in any form, by print, photoprint, microfilm or any other means without written permission from the publisher.

ISBN 9789024451579
ISBN 9789024451586 (e-book)
NUR 183

www.boomstudent.nl
www.boomhogeronderwijs.nl

Voorwoord

Praktijkvoering in de gezondheidszorg vraagt tegenwoordig, meer dan ooit, om een kritische en innovatieve houding gericht op verbetering van de kwaliteit van zorg. In deze derde druk volgen we de recente maatschappelijke ontwikkelingen en geven we weer veel voorbeelden uit de praktijk. Het reflecteren van een verpleegkundige sluit immers aan bij de context waarin de zorgverlening plaatsvindt. Reflecteren op je beroepsmatig handelen draagt bij aan je persoonlijke ontwikkeling als beroepsbeoefenaar en daarnaast aan de verdere professionalisering van het beroep.

Reflecteren als onderdeel van de verpleegkundige beroepsuitoefening is een verplichte competentie op afstudeerniveau, zowel op mbo- als hbo-niveau. Het is niet meer weg te denken uit het onderwijs en de praktijk. Reflecteren is een vaardigheid en daarbij past de uitspraak 'oefening baart kunst'. Door te oefenen met verschillende modellen en werkvormen kom je erachter wat het beste bij je past, wat je prettig vindt en wat je gemakkelijk kunt toepassen. Reflectie is een hulpmiddel om methodisch te werken en om inzicht te krijgen in je functioneren als verpleegkundige. Reflectie helpt je immers om jouw persoonlijke visie op de beroepsuitoefening en je competentieontwikkeling inzichtelijk te maken en je zo steeds verder te ontwikkelen als verpleegkundige. Wij vinden het belangrijk dat reflecteren als onderdeel van de verpleegkundige beroepsuitoefening als zinvol en inspirerend wordt ervaren door zowel beginnende als ervaren verpleegkundigen.

Dit boek is voor verpleegkundigen die de opleiding tot verpleegkundige volgen (mbo- en hbo-niveau) en/of werkzaam zijn in de praktijk. Het is te gebruiken als leerboek en werkboek. Het boek borduurt voort op de eerder door ons geschreven boeken *Reflectie in de verpleegkundige beroepsuitoefening* (2001) en *Reflecteren. Handvatten voor verpleegkundigen* (2008; 2014). We hebben de theorie over reflecteren tekstueel en inhoudelijk aangepast door actuele maatschappelijke, zorginhoudelijke en ethische ontwikkelingen toe te voegen. Het hoofdstuk over ethische reflectie is grotendeels vervangen en ingevoegd in hoofdstuk 2. Er zijn enkele modellen toegevoegd aan de bestaande modellen en methoden. Intervisie is een apart hoofdstuk geworden met een korte toevoeging van supervisie. Ook de tekst over het portfolio is uitgebreid en is een nieuw hoofdstuk geworden. Dit doet volgens ons meer recht aan de samenhang in de hoofdstukken. De werkvormen met oefeningen en stappenplannen kunnen afzonderlijk worden gebruikt: als middel voor zelfreflectie en voor het gezamenlijk reflecteren tijdens de opleiding en in de praktijk. We hebben praktijkvoorbeelden gedeeltelijk geactualiseerd. Deze hebben betrekking op actuele

onderwerpen binnen de algemene, geestelijke en maatschappelijke gezondheidszorg. We hopen dat iedereen zich hierin kan herkennen.



Bij het boek is een online leeromgeving (bereikbaar via www.boomstudent.nl) beschikbaar waarin je twintig werkvormen vindt met oefeningen. Wanneer wordt verwezen naar de online leeromgeving, staat dit icoontje in de marge. Op **pagina 122** van het boek vind je een volledig overzicht van de te downloaden hulpmiddelen.

Dankwoord

Bij het schrijfproces zijn wij geïnspireerd door de bijdragen van studenten, praktijkopleiders, docenten en verpleegkundigen uit de praktijk. Bijzondere dank gaat uit naar Alice Rolink, coördinator reflectieonderwijs en Arjan van Os, coördinator ethiek onderwijs van de opleiding Bachelor Verpleegkunde, Hogeschool Utrecht.

Amsterdam, voorjaar 2023
Riet Koetsenruijter en Wilma van der Heide

Inhoud

Inleiding	9
1 Reflecteren verleidt tot leren op het werk	13
1.1 Reflecterende verpleegkundige	13
1.2 Overstijgend denken	13
1.3 Werkgerelateerd leren	14
1.4 Gezamenlijk reflecteren	14
1.5 Leeswijzer	15
2 Reflectie op de verpleegkundige beroepsuitoefening	17
2.1 Inleiding	17
2.2 Reflecteren, dat doe je gewoon	17
2.3 Reflection-in-action en reflection-on-action; de theorie van Schön	19
2.4 Het belang van reflectieve praktijkvoering	21
2.5 Waarop kun je reflecteren?	24
2.6 Reflectie op ethische dilemma's	27
Samenvatting	35
3 Reflecteren en leerstijlen	37
3.1 Inleiding	37
3.2 Reflecteren	38
3.3 Is reflectie gemakkelijk te leren?	39
3.4 Het belang van reflectie voor transfer	41
3.5 Leerstijlen en leervoorkeuren	42
3.6 Evalueren, feedback en reflecteren	49
3.7 Competente verpleegkundige	49
Samenvatting	51
4 Modellen voor reflectie	53
4.1 Inleiding	53
4.2 Systematisch reflecteren	53
4.3 STARR-model	54
4.4 Twee modellen die elkaar aanvullen	55
4.5 Spiraalmodel van Korthagen	57
4.6 Ui-model	64
4.7 Reflective Cycle van Gibbs	66
4.8 5xG-methode voor reflectie	68
Samenvatting	69

5	Intervisie	71
5.1	Inleiding	72
5.2	Vershil tussen supervisie en intervisie	73
5.3	Basismodel voor intervisiegesprek	73
5.4	Veilige condities voor intervisie	74
5.5	Drie methoden van intervisie	76
	Samenvatting	81
6	Leermomenten van reflectie en hulpmiddelen	83
6.1	Inleiding	83
6.2	Leren is in beweging zijn	85
6.3	Voorwaarden voor reflectie	87
6.4	Groei en ontwikkeling in reflectieniveaus	91
6.5	Reflectielessen en reflectieverslagen	92
6.6	Logboek en journaal	96
	Samenvatting	101
7	Portfolio	103
7.1	Inleiding	103
7.2	Ontwikkelingsgericht portfolio	104
7.3	Inhoud portfolio	105
7.4	Vormaspecten portfolio	108
7.5	Hulp en hulpmiddelen	108
7.6	Digitaal portfolio	111
7.7	Beoordelen van portfolio	112
	Samenvatting	119
8	Werkvormen voor reflectie	121
8.1	Inleiding	121
	Bijlage beoordelingsformulieren portfolio	157
	Register	163
	Literatuur	167
	Over de auteurs	171

Inleiding

Denise is tweedejaars student verpleegkunde en loopt stage in de ouderenzorg. Ze heeft tijdens haar opleiding veel theorie gehad over digitale vormen van zorg zoals de toepassingen van domotica en e-health bij diverse doelgroepen. Ze heeft een leeropdracht geformuleerd om te kijken hoe dit soort zorg functioneert in de praktijk en of dat overeenkomt met de geleerde theorie. In onderstaand voorbeeld beschrijft ze enkele ervaringen uit haar reflectieverslag in haar portfolio.

'Ik loop stage in een verpleeghuis op een afdeling kleinschalig wonen voor dementerenden. Dit betekent onder andere dat zes tot acht bewoners een woning ofwel huiskamer delen, maar wel een eigen slaapkamer hebben. Er wordt gewerkt met e-health-voorzieningen zoals een zorgrobot die praat met bewoners en bewegingsoefeningen voordoet. Ook is het huis voorzien van domotica, zoals sensoren die ongewone bewegingen herkennen en een alarm kunnen laten afgaan bij bijvoorbeeld dwaaldetectie. Veel dementerende bewoners met een indicatie volgens de Wet zorg en dwang (Wzd) worden gevolgd door dwaaldetectie via een chip in de schoenen en/of via een detectiehorloge. De sensoren zijn in de huiskamer en woonkamers aangebracht, soms aan het bed of bij de deur van de slaapkamer. Enkele bewoners hebben een valmat naast het bed die gelinkt is aan een alarm. Nog niet alle afdelingen hebben een zorgrobot. Momenteel onderzoekt een derdejaars student, die gelijktijdig stageloopt, als kwaliteitsopdracht welke ontwikkelingen op het gebied van e-health geschikt zijn voor de zorginstelling en hoe de zorgverlening professioneel moet omgaan met de toepassingen. Op de afdeling worden de zorgvragers en hun familie betrokken bij het beleid en vinden er gesprekken plaats over hoe e-health aansluit bij hun behoeften. Zo kan familie via het cliëntenportaal inzage in het zorgdossier krijgen via internet of een app op hun telefoon. Volgens de theorie kan e-health zorgvragers in de verpleeghuiszorg meer eigen regie geven op de zorg en de behandeling die ze krijgen.

In mijn reflectieverslag voor de tussentijdse stage-evaluatie heb ik beschreven dat ik door de hoge werkdruk geneigd ben om bewoners de eigen regie uit handen te nemen en de zorg over te nemen doordat ik snel wil handelen. Ook dat ik door de hoge werkdruk amper toekom aan het uitvoeren van mijn leeropdracht, terwijl ik deze wel als een van de stageopdrachten moet uitwerken. Door de gesprekken met de derdejaars student heb ik al veel informatie gekregen en ook nieuwe inzichten opgedaan over de toepassing van domotica en e-health. Ik wil beter leren voor mezelf en mijn leerproces op te komen en

wil vanaf nu een halve dag per week werken aan mijn leeropdrachten en reflectie op mijn competenties. Ik bespreek met mijn werkbegeleider en tijdens de reflectiebijeenkomst op school hoe ik dit ga aanpakken.'

Door te reflecteren op wat we doen, leren we onszelf nader kennen en ontwikkelen, al gebeurt dit veelal ook bewust en onbewust in ons gewone dagelijks leven. Bovenstaande casus laat zien dat reflecteren gekoppeld wordt aan opgedane kennis en ervaringen. Reflecteren is meer dan een begrip en een vaardigheid. Het helpt je om na te denken wat goed gaat, waar je tevreden over bent en wat je wilt veranderen en/of verbeteren in je persoonlijke ontwikkeling en in je ontwikkeling als professional. Niet voor niets is reflecteren een onmisbare competentie in het verpleegkundig onderwijs. Er bestaan verschillende definities over reflecteren; in dit boek zullen we er in hoofdstuk 2 en 3 meerdere de revue laten passeren. Hieronder beschrijven we een veelgebruikte definitie.

Benammar (2007) omschrijft reflectie als het (her)interpreteren van ervaring en kennis. Het is als het ware 'een vorm van nadenken, denken over denken; bewust denken'. Reflecteren in relatie tot de professionele beroepsontwikkeling betekent dus terugblikken op ervaringen met als doel daarvan te leren en jezelf daardoor te ontwikkelen tot een bekwame beroepsbeoefenaar. Reflectieopdrachten worden veelal geïntegreerd in theorie- en praktijkonderwijs en over het algemeen koppelen studenten het reflecteren aan betekenisvolle ervaringen in het onderwijs en/of hun beroepsuitoefening.



Reflecteren verleidt tot leren op het werk

1

'Je leert niet voor de school, maar voor het leven.'
(Seneca)

1.1 Reflecterende verpleegkundige

Door na te denken over je ervaringen, je eigen handelen, gevoelens, gedragingen en gemaakte keuzes kun je steeds verder groeien in je beroepsuitoefening. Als verpleegkundige voer je een beroep uit in een maatschappij die steeds in beweging is. Voorbeelden hiervan zijn de huidige opvattingen over de participatiemaatschappij, het aantal toenemende thuiswonende zorgbehoefelige ouderen, de stijgende kosten van de zorg, de multiculturele samenleving en technologische innovaties. Maar ook ontwikkelingen in de gezondheidszorg onder andere als gevolg van de veranderde wet- en regelgeving, zoals bijvoorbeeld Wet zorg en dwang, zorgen ervoor dat het verpleegkundig beroep in ontwikkeling blijft. Het verpleegkundig beroep vraagt om kritische en analytische verpleegkundigen, zowel op zorgniveau en regieniveau als ook op hoger beleidsniveau. Dit vereist nadenken over je eigen functioneren, maar ook over de positie van de verpleegkundige beroepsgroep in nationaal en internationaal perspectief. Om dit alles vorm te kunnen geven, moet je kunnen en willen stilstaan bij je eigen functioneren. Om te reflecteren moet je over vaardigheden beschikken, zoals actief luisteren en een onderzoekende houding aannemen. Dit betekent vragen stellen, meedenken met de ander, doorvragen op elkaars ideeën in plaats van ze te weerleggen, argumenteren, keuzes verantwoorden, alternatieven voor het handelen benoemen, kennis delen en actief participeren in een bespreking.

1.2 Overstijgend denken

Als reflecterende verpleegkundige wordt er van je verwacht dat je overstijgend kunt denken. Dit denken vereist kennis en creativiteit. Je moet kunnen beoordelen of je bij praktijkvraagstukken over voldoende kennis beschikt, waar je kennis mist en hoe je die kennis kunt verwerven. Kennisontwikkeling speelt van dag tot dag een belangrijke rol in de maatschappij en dus ook in de gezondheidszorg. Reflecteren kan niet zonder gebruik te maken van kennis. Hierbij kun je denken aan persoonlijke ervaringskennis, opgedane praktijkkennis, theoretische kennis, evidence-based kennis (door wetenschappelijk onderzoek

verkregen kennis), maar ook aan kennis afkomstig van diverse andere gebieden, bijvoorbeeld de sociologie, psychologie, politiek, ethiek, filosofie, medische en paramedische sectoren.

1.3 Werkgerelateerd leren

Werkgerelateerd leren doe je vaak ongemerkt en stilzwijgend op het werk, maar ook bewust door feedback geven en krijgen, evalueren en reflecteren.

Samen werken en samen leren zijn kernbegrippen voor bijna alle beroepsbeoefenaren. Praktijkvoering in de gezondheidszorg vraagt tegenwoordig, meer dan ooit, om een kritische en innovatieve houding gericht op het verbeteren van kwaliteit van zorg. Van jou als verpleegkundige mag, net als van andere collega's in de zorgsector, verwacht worden dat je de ontwikkelingen in je eigen vakgebied bijhoudt. De beroepspraktijk levert veel nieuwe kennis op door allerlei ontwikkelingen en politieke besluitvorming die van invloed zijn op de gezondheidszorg. Door te reflecteren ontwikkel je praktijkgerelateerde kennis en kun je de theorie ervan verbinden met de praktijk. Door kritisch na te denken leer je weloverwogen relevante en soms evidence-based beslissingen te nemen. Als je reflecteert op werkervaringen, draagt dat bij aan je persoonlijke groei, je ontwikkeling als verpleegkundige en het verbeteren van de kwaliteit van zorg.

1.4 Gezamenlijk reflecteren

Door gezamenlijk te reflecteren kan een situatie ontstaan waarbij je door, van en met elkaar leert. Bij professionele sportbeoefenaars zie je dat dit als vanzelfsprekend gebeurt, bijvoorbeeld door beelden terug te kijken en te bespreken met de coach en/of het team. Daarbij wordt gekeken hoe prestaties verbeterd kunnen worden. Als verpleegkundige kun je met medestudenten en/of collega's in de praktijk gezamenlijk reflecteren, bijvoorbeeld tijdens een intervisiebijeenkomst, supervisiebijeenkomst, stagevoortgangsgesprek met werkbegeleidster of met je studiebegeleider op de opleiding. Het is van belang dat de reflectie gaat over je dagelijkse werk en dat ze jou nieuwe inzichten oplevert. Het gaat niet om je tekortkomingen maar juist om het werken vanuit wat aanwezig is, vanuit je talenten. Daarom is het belangrijk dat ervaringen worden gedeeld en dat je openstaat voor leren van elkaars kennis en ervaringen. Dit draagt bij tot leren op het werk.

1.5 Leeswijzer

De eerste zes hoofdstukken in dit boek gaan over het (leren) in de verpleegkundige beroepspraktijk. Als je direct wilt starten met het toepassen van de werkvormen uit hoofdstuk 8, wordt aangeraden eerst hoofdstuk 4 te lezen over modellen.

Dit boek is onderverdeeld in acht hoofdstukken:

- **Hoofdstuk 1** is de inleiding.
- **Hoofdstuk 2** beschrijft de reflectie op de verpleegkundige beroepsuitoefening en het belang van reflecteren voor de verpleegkundige en de beroepsgroep.
- **Hoofdstuk 3** gaat dieper in op de betekenis van het reflecteren voor de beroepsuitoefening en legt een relatie met leerstijlen.
- **Hoofdstuk 4** beschrijft verschillende modellen die als handvatten kunnen worden gebruikt bij het reflecteren.
- **Hoofdstuk 5** geeft je inzicht in de mogelijkheden van supervisie en intervisie.
- **Hoofdstuk 6** geeft een overzicht van leermomenten.
- **Hoofdstuk 7** beschrijft het portfolio.
- In **hoofdstuk 8** worden werkvormen aangeboden die ondersteunend zijn bij het (leren) reflecteren. Je kunt deze werkvormen zowel in de praktijk als in de opleiding gebruiken. Deze staan ook in de online leeromgeving.



Reflecteren is een belangrijke competentie tijdens de verpleegkundige opleiding en de beroepspraktijk. Door reflectie zie je wat goed gaat en waar je tevreden over bent, maar ontdek je ook gedrag of handelen dat je wilt veranderen. Je vergroot zo de kwaliteit van je leerproces en van de zorg doordat je nieuwe kennis en inzichten toepast in je beroepsmatig handelen. Dit boek biedt handvatten voor verpleegkundigen om beter te (leren) reflecteren.

Eerst wordt de betekenis van het reflecteren voor de beroepspraktijk beschreven en de relatie met verschillende leerstijlen. Vervolgens worden diverse modellen behandeld die je kunt gebruiken bij het reflecteren. Daarna komen de mogelijkheden van supervisie en intervisie aan bod en het gebruik van het portfolio. Ook wordt aandacht besteed aan leermomenten van reflectie en hulpmiddelen, zoals het logboek en journaal. De vele praktijkvoorbeelden stimuleren je om actief na te denken over je ervaringen, gevoelens, handelen, gedrag en de keuzes die je maakt in relatie tot de beroepsuitoefening.

Reflecteren is een vaardigheid die je traint door te oefenen met verschillende modellen en werkvormen. Zo ontdek je welke manier van reflecteren je prettig vindt en gemakkelijk kunt toepassen. In het boek en in de bijbehorende online leeromgeving zijn 20 inspirerende werkvormen opgenomen die ondersteunend zijn bij het (leren) reflecteren. Deze werkvormen kunnen individueel en in groepjes worden gebruikt en zijn zowel geschikt voor de praktijk als tijdens de opleiding.

In deze nieuwe druk zijn nieuwe inzichten verwerkt en wordt aangesloten bij maatschappelijke, zorginhoudelijke, ethische en morele ontwikkelingen. Het gebruik van het portfolio en de toepassing van intervisie zijn meer uitgewerkt. Ook zijn er nieuwe modellen en methoden toegevoegd. Het hoofdstuk over ethische reflectie is herschreven in relatie tot zorgethiek en morele besluitvorming.

Riet Koetsenruijter is verpleegkundige en was werkzaam voor de opleidingen hbo-V en Management in de Zorg bij de Hogeschool Utrecht.

Wilma van der Heide is verpleegkundige en onderwijskundige. Ze was docent Onderwijskunde aan de Lerarenopleiding Verpleegkunde en onderwijskundig adviseur bij de Hogeschool Utrecht.



www.boomstudent.nl
www.boomhogeronderwijs.nl

