

# **PERSOONLIJKE EN PROFESSIONELE ONTWIKKELING TOT VERPLEEGKUNDIGE**

Greetje Hingstman

**Boom**



Met onderstaande unieke activeringscode krijg je via **www.boomstudent.nl** toegang tot de online leeromgeving. Deze code is persoonsgebonden en gekoppeld aan de 2<sup>e</sup> editie. Na activering van de code is de online leeromgeving twee jaar toegankelijk. De code kan tot zes maanden na het verschijnen van een volgende editie geactiveerd worden. De code is eenmalig te gebruiken. Deze activeringscode is alleen bruikbaar voor een studentlicentie en geeft geen toegang tot de docentomgeving van het platform. Ben je docent? Dan heb je jouw activeringscode per e-mail ontvangen. Deze code activeer je op **boomdocent.nl**.

Omslagontwerp: Emma Raben

Beeld omslag: Arno Masee, Science Photo Library

© 2025 Hingstman | Boom

*Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden vervoelvoudigd, 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. Auteursrecht ten aanzien van tekst- en datamining en machinelearning is nadrukkelijk voorbehouden.*

*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](http://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. No part of this publication may be reproduced in the context of text and data mining for any other purpose which is not expressly permitted by law without permission of Boom Uitgevers.*

ISBN 9789024468737

NUR 183

[www.boomstudent.nl](http://www.boomstudent.nl)

[www.boom.nl/hogeronderwijs](http://www.boom.nl/hogeronderwijs)

# Inhoud

<b>Voorwoord</b>		<b>6</b>
<b>0</b>	<b>Inleiding: De unieke verpleegkundige die dicht bij zichzelf staat</b>	<b>9</b>
	0.1 Inleiding: De unieke verpleegkundige die dicht bij zichzelf staat	9
	0.2 Geraadpleegde literatuur	12
<b>1</b>	<b>Jij als mens</b>	<b>15</b>
	1.1 Jezelf leren kennen en de waarde daarvan	15
	1.2 De 'samenstelling' van jouw persoonlijkheid	16
	1.3 Kwaliteiten en valkuilen	16
	1.4 Gevoelens en emoties	18
	1.5 Authentiek (durven) zijn	20
	1.6 Zelfbeeld	21
	1.7 Reflecteren – op jezelf en je omgeving	23
	1.8 Geraadpleegde literatuur	30
<b>2</b>	<b>Jij als (aankomend) verpleegkundige</b>	<b>33</b>
	2.1 Het vak van verpleegkundige	34
	2.2 Waaróm word je verpleegkundige?	37
	2.3 Wat is eigenlijk een 'goede' verpleegkundige?	43
	2.4 Geraadpleegde literatuur	56
<b>3</b>	<b>Contact maken en een zorgrelatie aangaan</b>	<b>59</b>
	3.1 Verpleegkunde = contact	60
	3.2 De relatie verpleegkundige-zorgvrager	61
	3.3 Jouw houding ten opzichte van de ander	62
	3.4 Jouw relatie tot de ander	64
	3.5 Afstemmen op (het referentiekader van) de patiënt	66
	3.6 Empathie ervaren en tonen	67
	3.7 Bevestigen	69
	3.8 Aanraken	70
	3.9 Professionele distantie	76
	3.10 Geraadpleegde literatuur	81

<b>4</b>	<b>Over 'ziek' en 'patiënt' zijn</b>	<b>83</b>
4.1	Wanneer is iemand 'ziek' of 'patiënt'?	83
4.2	Ziek zijn: wat doet dat met een mens?	94
4.3	Culturele verschillen	110
4.4	Verpleegkundige houding	112
4.5	Geraadpleegde literatuur	115
<b>5</b>	<b>Omgaan met emoties - van de ander en jezelf</b>	<b>119</b>
5.1	Over emoties	119
5.2	De emoties van de ander	122
5.3	Wat doet het met jôu?	127
5.4	Geraadpleegde literatuur	132
<b>6</b>	<b>Over grenzen - aanvoelen en aangeven</b>	<b>135</b>
6.1	Over grenzen	135
6.2	Je eigen grenzen aanvoelen	137
6.3	Grenzen en stress op de werkvloer	137
6.4	Je eigen grenzen aangeven	139
6.5	De grenzen van de ander	142
6.6	Geraadpleegde literatuur	144
<b>7</b>	<b>Samenwerken - een levendige dynamiek</b>	<b>147</b>
7.1	Groepen, cohesie en regels	147
7.2	Werken in een team	150
7.3	Intra- en interprofessionele samenwerking	156
7.4	Conflicten en conflicthantering	156
7.5	Intervisie: de waarde van uitwisselen en delen	163
7.6	Geraadpleegde literatuur	166
<b>8</b>	<b>Feedback - want niemand is perfect</b>	<b>169</b>
8.1	Kritiek of feedback?	169
8.2	Geven van constructieve feedback	171
8.3	Interpreteren en toepassen van verkregen feedback	172
8.4	360-gradenfeedback	173
8.5	Geraadpleegde literatuur	174
<b>9</b>	<b>Leiderschap tonen als verpleegkundige</b>	<b>177</b>
9.1	Leiderschap: dagelijkse kost	177
9.2	Een goede leider zijn	182
9.3	Welk type leider/initiatiefnemer ben jij?	187
9.4	Opstaan en je stem laten horen	190
9.5	Geraadpleegde literatuur	193

<b>10</b>	<b>Ethische dilemma's en morele sensitiviteit</b>	<b>195</b>
10.1	Over ethiek en moraal	195
10.2	Ethische kwesties op de werkvloer	198
10.3	Omgaan met ethische dilemma's	209
10.4	Geraadpleegde literatuur	217
<b>11</b>	<b>Afscheid</b>	<b>221</b>
11.1	Confrontatie en omgaan met de dood	221
11.2	Jouw rol in begeleiding naar het afscheid	225
11.3	Zorgen voor jezelf	236
11.4	Geraadpleegde literatuur	238
<b>12</b>	<b>De verpleegkundige die het verschil maakt</b>	<b>241</b>
12.1	Kritisch denken en nieuwsgierig blijven	242
12.2	Werken aan kwaliteit van zorg	245
12.3	Keuzes maken en jezelf blijven ontwikkelen	247
12.4	Een rolmodel zijn	250
12.5	Terug naar het begin en vooruitkijken	251
12.6	Geraadpleegde literatuur	252
	<b>Over de auteur</b>	<b>253</b>
	<b>Index</b>	<b>254</b>

# Voorwoord

'Als verpleegkundige leer je het leven en jezelf in sneltreinvaart kennen,' zeg ik tegen eigenlijk al mijn studenten op de hbo-opleiding Verpleegkunde. 'Als je straks in de praktijk werkt...'  
Maar: hoezo 'als je straks in de praktijk werkt?' Waarom zou je daar niet al mee beginnen op dag één van de opleiding?

Die opleiding begint – of beter: zou moeten beginnen – met de vraag: wat voor verpleegkundige zou ik willen zijn? Wat voor professional wil ik dat mijn patiënten en cliënten ontmoeten, aan hun bed, in de spreekkamer, bij hen thuis? Eigenlijk gaat daar nog een andere vraag aan vooraf: wie bèn ik eigenlijk? Om vanuit het antwoord op die vraag het pad te kunnen afleggen naar die verpleegkundige die je voor ogen hebt.

In mijn werk als docent merkte ik dat zaken als omgaan met de dood, het stellen van levensvragen, jezelf leren kennen, omgaan met werkdruk en het stellen van grenzen – om maar een paar grootheden te noemen – op meerdere verpleegkundeopleidingen slechts zijdelings aan bod kwamen en doorgaans niet structureel of geborgd in het curriculum waren terug te vinden. En dat is vreemd.

Zelf ben ik op mijn 34e de opleiding tot verpleegkundige gaan volgen. Een oude droom vervullen. Ik had er lang mee gewacht en lang over getwijfeld, diep vanbinnen misschien wel vanuit de wetenschap dat ik het als zeventienjarige niet had gered, het omgaan met ingrijpende situaties en grote verantwoordelijkheden, het bij mezelf blijven in de dynamiek van de zorgwereld. Op die leeftijd was ik waarschijnlijk kopje onder gegaan. Deze uitgave helpt aankomende verpleegkundigen daarin op weg. Om zo de impact van het verpleegkundig vak beter te kunnen hanteren, op een (zelf)bewuste en krachtige manier. In de tekst wordt gebruik gemaakt van meerdere icoontjes in de marge. Het laptop icoon betekent dat je naar de online leeromgeving kan gaan om de video te bekijken of de opdracht te maken. Dikgedrukte woorden zijn belangrijke termen, en hebben op de online leeromgeving een *mouse-over*, waarbij je direct de definitie kunt zien.

Deze uitgave, dit leermateriaal, gaat eigenlijk over wat je niet uit theorie kunt leren. En toch is het een poging om elke student Verpleegkunde en elke verpleegkundige die voor zijn of haar gevoel nog iets heeft in te halen, mee te nemen in het leren kennen van zichzelf, in het nog meer oog voor de kwetsbare ander krijgen en in het nog beter neerzetten van zichzelf als trotse professional. Om op die manier voluit voldoening te kunnen halen uit dit prachtige vak.

Greetje Hingstman, oktober 2024

# Inleiding: De unieke verpleegkundige die dicht bij zichzelf staat

0

## 0.1 Inleiding: De unieke verpleegkundige die dicht bij zichzelf staat

### **Jij – je wordt (of bent al) verpleegkundige!**

Je hebt de keuze gemaakt om invulling te geven aan je leven (onder andere) door verpleegkundige te worden. Of je bent al verpleegkundige maar wilt je verder ontwikkelen naar hbo-niveau. Wat er ook ten grondslag ligt aan jouw keuze – daar komen we later overigens nog op terug – jij staat aan het begin van of al midden in een loopbaan in een prachtig werkveld. Deze uitgave is geschreven voor iedereen die hbo-verpleegkundige wil worden of dit al is en zich verder wil ontwikkelen, in welke tak van zorg dat ook is.

Maar: hoe word je nu een goede verpleegkundige? Of beter gezegd: wat voor verpleegkundige wil jij worden? Wanneer jij straks 'aan het bed' of op een andere plek jouw beroep uitoefent, wat wil je voor professional zijn en hoe wil je dat anderen jou ervaren? Het is een hele zoek- en uitprobeertocht om daarachter te komen én om je daar naartoe te ontwikkelen. Die zoektocht, daar neemt deze uitgave jou in mee.

Een prachtige tocht gewenst!



### **Waarom deze uitgave?**

Als student Verpleegkunde leer je allerlei theorie en vaardigheden: hoe breng je een katheter in, hoe stel je verpleegkundige diagnosen, hoe werkt het hormoonstelsel bij de mens, hoe breng je slecht nieuws over aan een patiënt? Belangrijke kennis en vaardigheden waar wij in deze uitgave niet op ingaan. De verpleegkundige is zelf immers het belangrijkste instrument. Jij maakt dat instrument – jezelf dus – alleen maar beter door vragen te beantwoorden als: wat voor verpleegkundige wil ik worden, hoe leer ik van elke situatie die ik meemaak, hoe kan ik met verschillende, soms moeilijke situaties omgaan en daarbij mezelf blijven, hoe groei ik uit tot een bewuste, stevige en zich blijvend ontwikkelende professional?

Die groei begint al op dag één van je opleiding. Het gaat erom dat je je die groei bewust wordt én bewust stuurt. Zodat jij je uiteindelijk bijna vanzelfsprekend je gehele loopbaan kunt blijven vormen tot de professional die jij wilt zijn: een unieke verpleegkundige die stevig in de schoenen en vooral dicht bij zichzelf staat. Daar helpt deze uitgave je bij.

### **Kernbegrippen BN2030**

Behalve 'vorm geven aan jezelf', stelt de Nederlandse overheid een aantal voorwaarden aan afgestudeerd hbo-verpleegkundigen. Deze staan beschreven in het opleidingsprofiel *Bachelor of Nursing 2030* (BN2030). Met deze uitgave werk je aan meerdere kernbegrippen uit dit opleidingsprofiel. De meest prominente zijn:

- professionele reflectie;
- morele sensitiviteit;
- persoonsgerichte communicatie;
- professionele zorgrelatie;
- intra- en interprofessioneel samenwerken;
- persoonlijke en professionele ontwikkeling;
- professioneel gedrag;
- kwaliteit van zorg leveren;
- zeggenschap en positioneren.

Deze kernbegrippen zijn – impliciet en expliciet – als rode draden door deze hele uitgave verweven en verder uitgewerkt. 'Want,' zo wordt in BN2030 door de overheid gesteld, 'de hoge eisen die het vak aan de studenten stelt, vragen om een sterk accent op persoonlijke ontwikkeling, kritisch reflecteren en professionele groei' (Bouwes et al., 2023).

### **Werkwijzer (boek, online leeromgeving en docentenhandleiding)**

Het studiemateriaal van *Persoonlijke en professionele ontwikkeling tot verpleegkundige* bestaat uit een boek en/of online leeromgeving en een docenthandleiding. De online omgeving is zo ingericht dat je elke module apart, los van de rest, kunt bestuderen. In deze omgeving komt theorie aan bod, regelmatig geïllustreerd met een casus, een quote of



## Module 0 Inleiding: De unieke verpleegkundige die dicht bij zichzelf staat

een citaat. Tussendoor wordt er verwezen naar opdrachten (met regelmatig interessante artikelen en filmpjes) en toetsvragen, zodat je de theorie concreet kunt maken en je de onderwerpen en vaardigheden eigen kunt maken.

Dit studiemateriaal kun je gedurende je hele studie maar ook daarna blijven gebruiken, immers: je ontwikkelt je voortdurend tot professional. Wanneer wordt verwezen naar opdrachten of toetsen in de online leeromgeving, staat dit icoontje in de marge.

*Voor de docenten:* in de docenthandleiding (beschikbaar op het docentengedeelte van de online leeromgeving) vind je allereerst een voorzet hoe je dit leermateriaal kunt inzetten binnen de opleiding. Daarnaast lees je per opdracht een omschrijving van de werkvorm die je daarvoor kunt inzetten, waar relevant vergezeld door een toelichting op het belang van het thema en de nodige aandachtspunten. Deze handleiding leidt je kortom door alle onderdelen van *Persoonlijke en professionele ontwikkeling tot verpleegkundige* heen. Voel je uiteraard wel vrij om daarin dingen anders, op jouw eigen manier, te doen.

### **Leeswijzer**

In de inhoud van dit studiemateriaal ligt de focus op wisselende aspecten: (1) het individu (jijzelf), (2) de ander (patiënt/collega) en (3) de relatie daartussen. Daarin komen steeds thema's en situaties aan bod die jij als verpleegkundige regelmatig in je werk tegen zult komen.

Waar het gaat om jezelf – jij bent zelf als verpleegkundige het belangrijkste instrument – ligt de nadruk eerst op jou als persoon (module 1): wie ben je en hoe kijk je tegen jezelf aan? Daarna wordt de overstap gemaakt naar jou als aankomend verpleegkundige (module 2): wat houdt het vak in en waarom wil je eigenlijk verpleegkundige worden? En in dat vak van verpleegkundige, hoe ga je een professionele relatie aan met een zorgvrager (module 3) en hoe is het voor die zorgvrager om ziek of beperkt te zijn, hoe gaan mensen daarmee om (module 4)? In die dynamiek komen onvermijdelijk emoties naar boven bij – de ander of bij jezelf – hoe ga je daarmee om (module 5)? Daarin grenzen aanvoelen en stellen is een essentiële manier om goed voor jezelf en de ander te (kunnen) zorgen (module 6). Ook in de samenwerking met je collega's en andere disciplines is er sprake van een levendige dynamiek: elk team kent een eigen cultuur, ieder neemt een bepaalde rol in, er ontstaan conflicten en collegiale samenwerkingen (module 7). In die samenwerking eerlijk kunnen en durven zijn naar elkaar in de vorm van feedback geven en ontvangen, is een belangrijk onderdeel van blijven groeien als professional en continu werken aan de kwaliteit van zorg (module 8). Datzelfde geldt voor het tonen van initiatief en verpleegkundig leiderschap (module 9): ben jij degene die zijn of haar vinger opsteekt wanneer er meegedacht moet worden, die verbeterpunten aankaart? In de zorg staat 'het leven' centraal: wanneer is een leven eigenlijk kwalitatief acceptabel? Wat als iemand niet meer verder wil of zelf niet meer kan beslissen? Wat is jouw visie daarop en hoe voel je de zorgvrager aan (module 10)? Die laatste vraag geldt zeker en in hoge mate op het moment dat een zorgvrager weet dat het einde nadert. Een intensieve, maar ook een intieme fase waarin jij als verpleegkundige een belangrijke taak kunt vervullen voor alle betrokkenen

(module 11). Aan het slot van *Persoonlijke en professionele ontwikkeling tot verpleegkundige* kijk je terug op wie je was toen je begon en hoe je sindsdien al bent gegroeid. Hoe ben en word je nog meer die verpleegkundige die het verschil maakt (module 12)?

De termen patiënt, cliënt en zorgvrager worden in dit studiemateriaal alle drie gebruikt, al naargelang de context. In veel gevallen kan in plaats van patiënt ook cliënt of zorgvrager worden gelezen.



**Hoe verwoorden anderen de waarde en het werk van een verpleegkundige? Hoe kijk jij daar zelf tegenaan? Maak nu ook de opdracht:**

Ode aan de verpleegkundige

## **0.2 Geraadpleegde literatuur**

Bouwes, A., Broekman, H., Dobber, J., Eisenberg, I., Hertog, R. den, & Rutgers, A. (2023). *Opleidingsprofiel Bachelor Nursing 2030*. Opdrachtgever: Landelijk Overleg Opleidingen Verpleegkunde.