

Leerverslag

Hbo – Verpleegkunde jaar 1



Fenneken Plaat

Studentennummer: 500683016

Woon- en zorgcentrum Eben Häezer, Amsterdam

Afdeling revalidatie/ zorgunit

Stage periode: 13-11-2013 tot 29-01-2014

Werkbegeleiders: Andrea Bosman

Charmaine Brown

Stagedocent: Marion van der Vis

Inhoudsopgave

Personalia	3
Inleiding	4
Competentiematrix	6
Verpleegkundig handelen	7
1a zorg	
1b preventieve zorg	
1c klinisch redeneren	
Communicatie	8
2a vertrouwensrelatie	
2b informatie, voorlichting, GVO en advies	
Communicatie 2c informatie-uitwisseling betrokkenen	
Samenwerking	9
3a samenwerken	
Kennis en wetenschap	10
4c eigen kennis actualiseren	
Organisatie	11
6a coördinatie en continuïteit van zorg	
Professionaliteit	12
7a bewust zelf ontwikkelen	
7b volgt normen en waarden	
7c autonoom en participatief	
Conclusie	13

Personalia

Naam: Fenneken Plaat

Adres: Hofzichtlaan 4
2594CB, Den Haag

Telefoonnummer: 0650425927

Email: fenneken.plaat@hva.nl

Opleiding: HBO-V 1e jaars studiejaar 2013-2014

Praktijk begeleider: Wapke Russchen

Werkbegeleider: Andrea Bosman
Charmaine Brown

Stagebegeleider: Marion van der Vis

Studieloopbaan begeleider: Cees Salentijn

Inleiding

Ik begon mijn stage met geen enkele ervaring in de zorg. Ik heb tijdens de middelbare school in het restaurant van een verzorgingstehuis gewerkt, dus de communicatie met ouderen had ik wel al eens gehad. Mensen wassen, naar de wc brengen en douchen had ik echter nog nooit eerder gedaan. Je weet van tevoren nooit hoe je zal reageren op zoveel fysiek contact. Ik denk dat je er tijdens je stage achter komt of deze opleiding écht voor jou is. In de collegebanken en zelfs tijdens praktijklessen kunnen ze nog zoveel zeggen, maar je weet nooit hoe je er in het echt mee om zal gaan.

In het begin was het wel even wennen, ik was nog erg onzeker. Maar ik had al vrij snel mijn plek gevonden en voelde me naarmate de tijd vorderde steeds zekerder worden.

In het begin had ik moeite met mijn begeleiding. Degene die mijn oorspronkelijk zou begeleiden bleek nauwelijks op mijn verdieping te werken. Ik liep vaak mee met een helpende, waar ik het goed mee kon vinden, maar voor mijn leerproces was het niet optimaal.

Ik vond het wel prettig dat ik weinig begeleiding kreeg omdat het voor mij een soort bevestiging was dat ik het goed deed. Ik kreeg al vrij snel veel verantwoordelijkheid. Later kreeg ik het gevoel dat dit meer uit luiheid was en omdat ze me niet wilden begeleiden dan dat ze echt het gevoel hadden dat ik alles goed deed. Ik had er genoeg van en heb dit aangegeven tijdens mijn tussentijdse beoordeling. Na mijn tussentijdse beoordeling ben ik overgestapt van de wijkziekenboeg naar de verpleegunit die zich op dezelfde verdieping bevindt. Hier werd ik beter begeleid en ik ben in het tweede deel van mijn stage dan ook bewuster aan de slag gegaan met mijn leerproces. Dit werkte veel beter ik heb mezelf voorgenomen om bij mijn volgende stage bewuster bezig te zijn met mijn leerproces en het heft eerder in eigen handen te nemen als dingen niet gaan zoals ik wil.

Na enig aandringen heb ik ook een nieuwe begeleider toegewezen gekregen, waarmee ik de samenwerking erg prettig vond. Mijn nieuwe begeleider was erg behulpzaam en nam goed de tijd voor me, maar ik heb wel zelf het initiatief genomen voor mijn opdrachten.

Aan de planning die ik had gemaakt in mijn stage werkplan, heb ik me grotendeels gehouden.

De opdrachten heb ik allemaal op tijd gedaan, ik ben echter wel een beetje de mist in gegaan met mijn feedbackformulieren. Ik had van tevoren strak in mijn planning dat ik minstens twee formulieren per week wilde verzamelen. Maar ik heb het later ervan af laten hangen wat er precies gebeurt die week. Deze dingen zijn moeilijker te plannen dan ik in het begin dacht.

Ook al heb ik er achteraf minder dan dat ik wilde, ik heb wel erop gelet dat ik van iedere competentie er minstens twee heb.

In het begin vond ik het moeilijk om de feedbackformulieren in te laten vullen omdat ik het gevoel had dat ik mensen ermee lastig viel. Ik vond ik het moeilijk dat school aan de ene kant aan je trekt omdat ze van alles ingeleverd en ingevuld willen krijgen maar tegelijkertijd lukt dat gewoon niet altijd. In de praktijk moet je maar afwachten wat er op je pad komt en vaak is het ook gewoon echt te druk om mensen lastig te vallen met allerlei formulieren. Toch heb ik me hier na een tijdje wel overheen gezet. Ik ben de enige die er last van heeft als het niet ingevuld wordt.

Al met al vond ik het een prettige stage. Ik heb erg veel geleerd. Het contact met cliënten vond ik erg leuk en naarmate de tijd vorderde en ik mensen goed leerde kennen werd het steeds beter. Ik vond het wel erg zwaar. Het is hard werken en het vroege opstaan maakte het ook moeilijk. Om om half acht op de afdeling te zijn stond ik elke dag om kwart over vijf op. De dagen werden natuurlijk steeds korter en op een gegeven moment zag ik door de weeks nauwelijks daglicht. Elk jaar heb ik last van een winterdip en om het vol te houden ging ik doordeweeks vaak om negen uur al naar bed.

Ik heb erg veel respect voor sommige collega's die dit werk al meer dan tien jaar doen. Na tien weken vond ik het elke dag ADL verlenen wel een beetje eentonig worden.

Het is erg bewonderenswaardig dat mijn collega's dit al zo lang volhouden en elke dag met een goed humeur weer op de afdeling staan.

Vooraf toen ik nog op de wijkziekenboeg stond had ik er moeite mee dat veel bewoners erg negatief waren. Ook al doe je nog zo erg je best, toch krijg je vooral van de familie van cliënten veel klachten en dat vond ik soms moeilijk. Later leerde ik hier beter mee om gaan en liet ik het meer van me af glijden. Als je zelf maar elke dag positief en met een lach mensen benaderd, dan krijg je dat ook terug. Dat is een les die ik zeker mee neem.

Tijdens mijn stage zijn er totaal drie cliënten overleden. In het begin vond ik dat ook raar. Ik had bijvoorbeeld nog nooit een dood persoon gezien of gevoeld. Het leven gaat hier heel snel door na zoiets, wat natuurlijk eigenlijk logisch was, maar voor mij was het wennen. Bij de derde persoon vond ik het alweer veel minder erg. Je gaat heel snel mee met de stroom.

Al met al ben ik erg blij dat ik mijn stage op deze manier heb kunnen volbrengen en ik wil graag al mijn collega's en begeleiders bedanken voor hun hulp. Ik vond het op sommige momenten moeilijk, maar ook erg leerzaam en leuk.

Ik ga nu per competentie mijn vooruitgang proberen aan te tonen.

Competentiematrix

Mijn competenties had ik in het begin heel hoog ingezet. Daar ben ik later van terug gekomen. Het was moeilijker dan ik dacht om dingen helemaal zelfstandig te kunnen. Vaak is het toch nog prettig om dingen terug te koppelen aan je collega om een beetje zekerheid te krijgen.

Ik ben blij met het resultaat.

De fases:

Fase 1 (F1): Geen zelfstandigheid, de student heeft veel instructie en sturing nodig.

Fase 2 (F2): Beperkte zelfstandigheid, de student voert de taken in overleg met de begeleider in de praktijk uit en heft daarbij nog veel sturing en ondersteuning nodig.

Fase 3 (F3): Zelfstandig onder begeleiding, de student kan eigen besluiten nemen en uitvoeren, maar heeft nog wel veel feedback nodig.

Fase 4 (F4): Zelfstandig functioneren, de student kan zelfstandig de eigen besluiten en taken uitvoeren en koppelt zelfstandig terug wanneer dit nodig is.

Competentiematrix na tien weken stage:

Competentiegebied	Niveau			
Digitaal portfolio	F1	F2	F3	F4
Verpleegkundig handelen 1a zorg	O		X	
Verpleegkundig handelen 1b preventieve zorg	O	X		
Verpleegkundig handelen 1c klinisch redeneren	O	X		
Communicatie 2a vertrouwensrelatie	O		X	
Communicatie 2b informatie, voorlichting, GVO en advies	O	X		
Communicatie 2c informatie-uitwisseling betrokkenen	O	X		
Samenwerking 3a samenwerken	O	X		
Kennis en wetenschap 4c eigen kennis actualiseren	O	X		
Organisatie 6a coördinatie en continuïteit van zorg	O		X	
Professionaliteit 7a bewust zelf ontwikkelen	O	X		
Professionaliteit 7b volgt normen en waarden	O	X		
Professionaliteit 7c autonoom en participatief	O	X		

Verpleegkundig handelen

1a zorg

1b preventieve zorg

1c klinisch redeneren

Je weet nooit van tevoren hoe je zou reageren op het moment dat je voor het eerst iemand die je niet kent van anderen moet wassen, onder de douche moet zetten of naar de wc moet brengen. Buiten het feit dat ik wel eens een keer mijn oma naar de wc had gebracht, had ik totaal geen ervaring en wist ik niet hoe ik hierop zou reageren. Ik zag dit zeker als een belemmerende factor. Mijn bevorderende factor is echter dat ik goed aanpassingsvermogen heb. Ook al vond ik iets raar of vreemd, ik heb het geen moment laten merken aan een cliënt.

Ik heb momenten gehad die nadat ik erop terug keek toch anders had gedaan. Bijvoorbeeld toen een cliënt naar mij toe kwam omdat zijn katheter had gelekt. Hij wilde wel een schone broek aan maar weigerde om schone sokken aan te trekken. Na enig aandringen wilde hij nog steeds geen schone sokken aan en toen heb ik hem weer naar beneden laten gaan. Op dat moment dacht ik dat hij dat zelf moest weten. Later hoorde ik van mijn collega dat er klachten waren gekomen van de dag verzorging omdat meneer stonk. Toen voelde ik me daar schuldig over. Mijn begeleider zei echter dat het niet mijn fout was en men wel vaker hiermee problemen had gehad. In het vervolg zou ik er voor kiezen om er een collega bij te halen.

In een volgende stage periode wil ik ervoor zorgen dat dit soort dingen niet meer voorkomen. Deze meneer had ik nog nooit eerder geholpen en ik wist dus ook niet dat dit een aandachtspunt van hem was.

Als concreet aandachtspunt wil ik verder gaan om me in de cliënten te verdiepen. Mijn doel is om me op dit gebied te blijven ontwikkelen. Ik vind het ook belangrijk om goed de tijd te nemen voor mensen. Als je 's ochtends druk bezig bent heb je nogal eens de neiging om dingen sneller te doen als je wil. Ik wil voor iedere cliënt even veel tijd nemen.

Communicatie

2a vertrouwensrelatie

2b informatie, voorlichting, GVO en advies

2c informatie-uitwisseling betrokkenen

Al vanaf mijn zestiende heb ik verschillende bijbaantjes gehad. Grotendeels in de horeca, maar ook als balie assistente bij een tandarts praktijk. Bij al deze baantjes had ik altijd veel interactie met verschillende mensen en ik merkte al snel wat werkt en wat een averechts effect heeft op mensen. Zeker bij de tandarts praktijk heb ik veel geleerd. Soms waren mensen erg boos omdat ze bijvoorbeeld een verkeerde rekening gekregen hadden en ik heb geleerd dat dat vaak voorkomt uit angst. Angst dat hun onrecht word aangedaan of dat er (in het geval van de tandarts) iets verkeerd in hun mond werd gezet.

Ik heb in die tijd geleerd om mensen gerust te stellen en om altijd vanuit jezelf te praten.

Het is dus zeker een bevorderende factor voor mijn communicatieve vaardigheden geweest.

Sommige oude mensen zijn heel moeilijk te verstaan. Zo heb ik een cliënt die last heeft van atrofie. Hij niet praten maar wel klanken uitstoten. Soms kan hij heel boos worden en gaan schreeuwen omdat hij zich onbegrepen voelt. Daarbij komt dat hij alleen Surinaams praat. Verder is hij heel precies met de volgorde van hoe hij geholpen wil worden. Als een bepaalde ding niet volgens zijn zin gaat is het meteen mis. Het is heel moeilijk om met hem te communiceren.

Ik merkte dat het een wereld van verschil maakt of je iemand rustig benaderd en vooral gesloten vragen stelt. Sommige collega's vragen hem dingen waar hij simpelweg niet op kan antwoorden en dan word hij onrustig. Na een tijdje waste ik hem dagelijks en dat ging heel goed. Nog steeds schreeuwde hij af en toe maar ik had er weinig moeite mee.

Het voelde als een triomf dat ik goed met hem op kon schieten. Hij was duidelijk ook blij met mij want hij gaf me elke dag een kus op mijn hand als ik weg ging. Eigenlijk is het een hele lieve man.

Communicatieve vaardigheden is iets wat je moet blijven ontwikkelen. Ieder persoon is anders en met ieder persoon moet op een andere manier gecommuniceerd worden.

Samenwerking

3a samenwerken

Op dit moment ben ik lid van een damesdispuut genaamd Allicht. Vooral voor de gezelligheid, maar er moet ook veel geregeld worden. Samen vormen we verschillende commissies waarmee we feesten of avonden organiseren. Onder andere hierdoor heb ik goed leren samenwerken.

Ik merk dat het veel uitmaakt met wie je samenwerkt.

Wij hebben een vrouw op de afdeling die geestelijk gehandicapt is. Zij is tijdelijk bij ons geplaatst omdat er op een speciale afdeling voor haar geen plek is. Ze heeft het denk vermogen van een kind van zes en daarnaast is ze ook nog heel erg zwaar. Ze heeft een speciaal vergroot bed en word geholpen met de passieve lift. Op een ochtend moest ik haar helpen samen met een Surinaamse collega. Mevrouw was bang dat ze uit de douche stoel zou glijden en begon te gillen (zoals een kind van zes doet). In plaats van haar te kalmeren begon mijn collega tot mijn grote schrik tegen haar terug te schreeuwen. Mevrouw wist totaal niet hoe ze hiermee om moest gaan en heeft de hele tijd heel hard gehuild. Het ging van kwaad tot erger. Op een gegeven moment begon mevrouw met de afstandsbediening van het bed tegen haar hoofd aan te slaan en haar eigen haren uit te trekken. Mijn collega ging maar door en ik raakte langzaam in paniek omdat ik geen van beiden kon bedaren. Toen heb ik mijn begeleider erbij gehaald en zijn heeft iedereen uiteindelijk gekalmeerd. Het was een hele rare situatie. Ik was ook boos op mijn collega want zij had beter moeten weten. Mevrouw snapt het niet. Ik begon haar dan ook te beschermen en me tegen mijn collega te keren. Ik wist op dat moment niet meer wat ik moest doen en was er redelijk overstuur van.

Het heeft even gestuurd voor ik weer met deze collega wilde samenwerken omdat ik het gevoel had dat ik haar helemaal niet kon vertrouwen. Dat is uiteindelijk wel over gegaan. Mijn collega mocht daarna nooit meer deze cliënt helpen. Met andere (Surinaamse) cliënten is zij wel weer heel goed.

Ik vind dat ik goed samen werk. Ik probeer me open en collegiaal op te stellen. Ik wil me op dit punt blijven ontwikkelen.

Kennis en wetenschap

4c eigen kennis actualiseren

De grootste bevorderende factor is dat ik erg nieuwsgierig ben. De eerste keer dat er een werkbijeenkomst was ben ik achter gebleven op de afdeling met een aantal flexwerkers. Dat liet ik me de volgende keer niet meer gebeuren. Daarna heb ik iedere klinische les of werkoverleg bijgewoond. Zo heb ik een klinische les gehad over hygiëne. Dit ging vooral over de basis, bijvoorbeeld geen handschoenen op de gang dragen en incontinentie materiaal direct in de bak gooien (niet eerst op de grond laten liggen). Dit had ik de afgelopen weken al heel vaak ingestampt gekregen, maar toch was het goed om dat nog herhaald te krijgen.

Later werd er iemand op de afdeling opgenomen met een diepe wond met een vacuümpomp. Een verpleegkundige van het bedrijf van de vacuümpomp kwam langs om uitleg en een demonstratie te geven. Dit vond ik heel interessant en ik heb geassisteerd met het aanleggen van het verband en het aansluiten van de pomp.

Ook heb ik, samen met mijn klasgenoot, een dagje meegelopen met de praktijkverpleegkundige. Dat vond ik heel erg leuk. We zijn bij verschillende bewoners met klachten op bezoek geweest. De verpleegkundige was heel toegankelijk, ze heeft al onze vragen beantwoord en ik ben erg enthousiast geworden over haar werk. Het feit dat zij heel erg zelfstandig werkt spreekt me heel erg aan en wie weet ga ik in de toekomst mijn werk ook wel in deze richting zoeken.

We zijn onder andere bij een cliënt langs geweest met een flinke slijmbeursontsteking op zijn elleboog, een decubitus wond categorie 4 en we hebben geassisteerd met het inbrengen van een blaaskatheter bij een man.

Verder heb ik simpelweg bij alles wat me ter oren kwam gevraagd of ik erbij mocht zijn en vooral veel vragen gesteld. Bepaalde collega's werden helemaal gek van me.

Organisatie

6a coördinatie en continuïteit van zorg

Van mezelf ben ik een redelijke sloddervos. Ik denk altijd aan honderd dingen tegelijk en ik moet alles opschrijven om het niet te vergeten. Ik zal eerlijk zijn; organisatie is niet mijn sterkste punt. Elke nieuwe periode neem ik me altijd voor om heel gestructureerd te gaan werken, maar binnen twee weken staan mijn schriften vol met geklieder en alles door elkaar. Zelf weet ik alles nog steeds precies terug te vinden maar voor anderen is het een raadsel hoe ik alles bij hou.

Deze stage periode is het me wonderbaarlijk goed gelukt om alles op orde te houden.

In de zak van mijn jasje had ik altijd een papiertje met aantekeningen.

Ondanks dat is het me ook deze periode weer gebeurt dat ik verschillende dingen ben vergeten.

Zo is het me gebeurt dat een cliënt op een ochtend naar beneden gebracht moest worden om geprikt te worden door de trombose dienst. Dit ben ik toen vergeten door te geven en meneer is zelf zeer vergeetachtig dus het is die dag niet gebeurt. Dit was uiteindelijk niet zo'n ramp want de trombose dienst is de volgende dag langs geweest, maar toch is dit natuurlijk niet de bedoeling en ik schaamde me er een beetje voor.

Ik vind het moeilijk om overzicht te houden.

Ik ben mezelf ervan bewust dat dit een belangrijk verbeterpunt is en ik ga mijn best doen om eraan te werken.

Op de afdeling zijn natuurlijk in principe overal regels voor. Maar ik merk dat dit ook door mijn collega's niet altijd even serieus word genomen. Soms zijn de cliënten mappen echt een rotzooi. Tijdens mijn stage heb ik in opdracht van de manager samen met mijn klasgenoot een nieuw controle systeem doorgevoerd. Hiervoor stonden alle controle gegevens (tensie, pols, defecatie lijst enz.) in verschillende mappen. Wij zijn alle gegevens van de cliënten gaan bundelen en op één handig blaadje gezet wat we in de mappen hebben gestopt. Iedere cliënt heeft nu alle controle gegevens bij elkaar en ook als een arts langs komt is het veel overzichtelijker. Ik merkte al snel dat de controles niet altijd even serieus worden genomen. Dingen worden vergeten. Zoals toen een cliënt met diabetes een bloedsuiker dag curve moest hebben en dat vergeten was. Er werd erg nonchalant over gedaan en de enige reactie was; 'Nouja dan doen we het morgen wel.' Wat mij betreft is dat niet zoals het hoort.

Op de afdeling word elke dag een gezamenlijke overdracht gedaan, 's ochtends met de nachtdienst erbij en 's avonds met de avonddienst gaan we iedere cliënt af. Dit word wel erg serieus genomen. Ook word er elke dag over iedere cliënt een stukje geschreven in de map.

Naarmate je mensen beter leert kennen weet je ook wat 'normaal' gedrag is en wat bijzonderheden zijn die opgeschreven dienen te worden. Ik heb geleerd hoe belangrijk het is om gestructureerd te werken.

Professionaliteit

7a bewust zelf ontwikkelen

7b volgt normen en waarden

7c autonoom en participatief

Ik heb me zoveel mogelijk proberen te houden aan de normen en waarden waar ik aan hecht. Vaak merkte ik dat veel collega's het anders deden. Je hebt snel de neiging om dat over te nemen maar ik heb zoveel mogelijk geprobeerd om dicht bij mezelf te blijven.

Sommige collega's spreken bewoners met 'schat' aan. Ik vind ik het belangrijk om bewoners met 'u' en 'meneer' en 'mevrouw' aan te spreken. Een bewoners heeft me gevraagd met haar met de voornaam aan te spreken maar dat vond ik toch raar.

Ik vind professionaliteit betekenen dat je klaar staat als dat van je verlangt word. Bijvoorbeeld op tijd zijn en je werk niet afraffelen.

Ik reisde 's ochtends altijd samen met mijn klasgenoten die ook stage liepen in Eben Heazer. Met het te laat komen hebben wij in het begin nogal problemen gehad. Met de trein die wij namen zouden we in principe op tijd moeten komen maar de trein was bijna altijd te laat. Als we een trein eerder zouden nemen zouden we echter al om tien voor zeven op de afdeling zijn.

Toen we hierover een email kregen van onze stage coördinator waren we toch enigszins verbolgen dat onze manager dit naar haar had gestuurd, zonder het eerst met ons te bespreken.

Uiteindelijk hebben we afgesproken met de manager dat het niet nodig was om een trein eerder te nemen en dat het niet erg was als we af en toen tien minuten later kwamen. Ik vond het prettig dat dit zo opgelost kon worden, maar ik vond het in eerste instantie niet netjes om niet eerst met ons in gesprek te gaan, maar direct de coördinator te mailen.

Zoals ik al in mijn inleiding zei ben ik het tweede deel van mijn stage bewuster aan de slag gegaan met mijn leerproces en mezelf ontwikkelen. Ik denk ook dat er in het tweede deel meer ruimte voor was omdat ik toen mijn plek had gevonden, beter begeleid werd en wist wat er van me verwacht werd.

Conclusie

De afgelopen weken zijn tegelijk zwaar, leuk, bijzonder en vreselijk geweest.

Ik heb ook veel over mezelf geleerd en hoe ik mijn werk later zou willen vormgeven. Op het werk van een helpende was ik al vrij snel uitgekeken. Elke dag mensen wassen heb ik na tien weken wel gezien en ik merkte na een tijdje heel erg dat ik gewoon op een ander niveau zat dan deze collega's. Ik wilde wat meer uitdaging. Toen ik een dagje meeliep met de praktijkverpleegkundige had ik voor het eerst het idee dat ik dit later ook zou willen doen.

Ik vond dit voor mezelf een mijlpaal want ik ben inmiddels bijna 23 en heb na drie jaar werken, reizen en een andere studie het gevoel dat ik eindelijk op mijn plek ben gekomen. Ik heb me de afgelopen jaren vaak een beetje verloren gevoeld omdat ik niet goed wist wat ik wilde maar ik denk dat het verpleegkundige beroep heel goed bij mij past.

Waarom ik geschikt ben voor het verpleegkundig beroep is omdat ik het leuk vind om met en voor mensen te werken, ik voel me verantwoordelijk en maak makkelijk contact. Ik hou van de afwisseling en heb geduld voor mensen.

Ik weet nu dat ik de goede opleiding heb gekozen; ik heb het gevoel dat dit goed bij me past. Ik heb motivatie gekregen om verder te gaan en uiteindelijk mijn opleiding goed af te sluiten.