

KRUISPUNTEN IN DRIE CARRIÈRES

Keuzes maken, kansen pakken en toevalstreffers

Een uitgestippeld loopbaanpad bestaat niet. Als medisch specialist kom je voor keuzes te staan die bepalend zijn voor de invulling van ambities, je carrièreverloop en de balans tussen werk en privé. Heldere principes kunnen de weg wijzen, maar ook: 'Ik heb leren surfen op de golven van het leven.'

TEKST NAOMI VAN ESSCHOTEN BEELD ERIK SMITS

Krijgen en benutten medisch specialisten carrièrekansen? Waar halen ze hun werkplezier uit? Hoe zit het met de balans tussen werk en privé? En hoe verandert dat allemaal met de jaren? Meer dan tienduizend medisch specialisten beantwoordden deze vragen in de Loopbaanmonitor van de Federatie, de Landelijke vereniging van Artsen in Dienstverband (LAD) en De Jonge Specialist (DJS).

De uitkomsten laten zien dat medisch specialisten en aios in het algemeen tevreden zijn over hun werk (56%), minder tevreden zijn ze over de balans tussen werk en privé (43%) en de mogelijkheden tot bij- en nascholing (79%). Daarnaast zijn ze ontevreden over de werkdruk en het rooster (beide 26%). Toch vinden velen nog tijd voor bijvoorbeeld nevenactiviteiten binnen de zorginstelling (33,9%) of voor hun wetenschappelijke vereniging (29,9%) of om te promoveren (9%). Maar cijfers vertellen nooit het hele verhaal. Daarom gaan Anton de Bruin (43), Anne Strik (33) en Marij Bontemps (73) in op de bepalende keuzes in hun loopbaan, het belang van werkplezier en het geheim van een goede werk-privébalans.





‘Sommige kansen komen maar één keer voorbij’

Anton de Bruin (43) is anesthesioloog-intensivist in het St. Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein. Hij is bestuurslid van de Nederlandse Vereniging voor Anesthesiologie (NVA) en werkt aan een handboek postoperatieve zorg op de Post Anesthesia Care Unit (PACU).

Bepalende keuzes ontstaan vaak door toeval en geluk. Op school vonden ze dat ik het beste met mijn handen kon werken. Maar toen ik een medische documentaire zag, leek de chirurgie me wel wat. Na de havo en het vwo ben ik in twee keer ingeloot. Bij de heekunde voelde ik me op mijn plek, maar werd ik niet aangenomen. Zo kwam ik terecht op de ic waar ik in aanraking kwam met de anesthesiologie. Daar bleek mijn hart ook echt te liggen en ik kwam meteen in een opleiding in het St. Antonius Ziekenhuis.’

Pijlers

‘Je kunt het leven dus niet afdwingen, maar wel kansen grijpen als ze voorbijkomen. Ook toen ik een fellowship ic kon doen in Leiden, heb ik dat meteen gedaan. Kellie, mijn vrouw, was toen al ziek door borstkanker. Je leven steunt op vier pijlers: thuis, werk, persoonlijke ontwikkeling en kinderen. Als één pijler niet goed gaat, kun je vertrouwen op de andere drie. Zo hielpen collega’s, werkplezier en mijn kinderen mij om in balans te blijven. Na haar overlijden ben ik daarom vrij snel weer aan het werk gegaan.’

Verliefd

‘Het leven komt zoals het gaat, iets achterlaten, er helemaal voor gaan. Drie maanden later werd ik hopeloos verliefd. Dat voelde verwarrend, ik was ook nog in de rouw. Toch vertrouwde ik op de liefde. Inmiddels wonen we met onze tweeling van twee en mijn pubers in Amsterdam. We inspireren elkaar. Waar Marlieke, mijn huidige partner, een jaar voor verdieping heeft gekozen door Health Sciences - Health Policy te gaan studeren, zit ik nu in het bestuur van de NVA, schrijf ik een handboek over PACU-zorg en werk ik aan mijn promotie. Veel? Ja. Maar sommige kansen komen maar één keer voorbij.’



‘Mijn focus is ook mijn valkuil’

Anne Strik (33) is derdejaars aios mdl in het Amsterdam UMC, locatie AMC. Ze heeft een dochter van 4,5 maand.

Je kunt me typeren als vastberaden en gefocust. Als kind wilde ik ballerina worden en droomde ik van het conservatorium. Totdat ik op mijn achtste zeker wist dat ik dokter wilde worden. Nog steeds dans ik, al is het op een lager niveau. Mijn studie bekostigde ik met lesgeven in de dans- en sportschool. Tijdens de keuze-coschap mdl wist ik vrijwel meteen: dit is het. Ik begon aan een promotietraject en volgde daarnaast een opleiding tot klinisch farmacoloog. Daarnaast werkte ik als medisch adviseur en was ik nog steeds bezig met dansen.’

De beste zijn

‘In het laatste jaar van mijn promotietraject ging het mis. Focus is goed, maar ook mijn valkuil. Ik werkte alleen maar en wilde daarnaast ook nog de beste partner zijn, de beste vriendin en de beste dochter. Ik stapte ziek op het vliegtuig naar India – om een presentatie te geven. Het emotionele en dringende advies van mijn man om niet te gaan, sloeg ik in de wind. Terug op Schiphol kon ik niet meer. Ik was op. Achteraf is het ongelofelijk dat ik dat jaar toch nog mijn proefschrift heb verdedigd en dat we getrouwd zijn.’

Moedig

‘De burn-out verplichtte me om aan mezelf te werken. Na een periode van rust en psychische hulp zeg ik nu vaker nee en ben ik minder streng voor mezelf. Als drie keer in de week sporten niet lukt, is twee keer óók goed. Verder luister ik bij het maken van keuzes beter of mijn hart zegt “doen”. Als dat zo is, denk ik: ga ervoor en kijk maar hoe. Die instelling heb ik van mijn moeder. Toen mijn docenten me verzekerden dat geneeskunde te hoog gegrepen was, waren dit haar woorden. De studie toch gaan doen was mijn moedigste keuze. Wat zou ik nu die docenten graag mijn diploma’s laten zien en vertellen hoe gelukkig ik ben.’





‘Ik kon niet kiezen, dus deed ik het allebei’

Marij Bontemps (73) is oud-kinderarts en oud-bestuurder van ziekenhuis St Jansdal in Harderwijk. Na haar pensioen promoveerde ze op praktische wijsheid aan de Universiteit voor Humanistiek.

Natuurlijk maak je keuzes, maar ik heb ook veel geluk gehad. Bijvoorbeeld met docenten die me stimuleerden om te gaan studeren. Dat een meisje een academische opleiding volgde, en ook nog in een andere stad, was destijds immers niet vanzelfsprekend. Daarbij heeft mijn man mijn ambitie om kinderarts te worden, nooit in de weg gestaan. Integendeel: we zorgden samen voor onze kinderen en het huishouden. Dat hij koos voor parttime werk was toen heel gebruikelijk.’

Weinig slaap

‘Ik kan toe met weinig slaap en krijg energie van mijn werk. Mijn optimistische aard en het doorzettingsvermogen heb ik van mijn moeder: van niets iets kunnen maken. Dat kwam allemaal erg van pas toen ik werd gevraagd voor de raad van bestuur van het ziekenhuis St Jansdal. Ik vind dat vrouwen en artsen in het bestuur van een ziekenhuis thuishoren, maar ik wilde mijn vak als kinderarts niet opgeven. Uiteindelijk besloot ik om het allebei te doen.’

Niet alles

‘Hoe ik dat tien jaar heb volgehouden? Door twee momenten per etmaal – ’s morgens en ’s avonds – voor mezelf te plannen. En door het besef dat niet alles “nu” hoeft. Zo wist ik: onderzoek doen komt later wel, als ik het minder druk heb. Dat is na mijn pensionering geworden. Voor mij was de rangorde: ik ben moeder, echtgenote en heb mijn werk. De leuke dingen kwamen daarna, zoals vakantie of uitgaan. Ik genoot overigens wel volop, bijvoorbeeld van weekenden weg met de kinderen, die dan allerlei vriendjes meenamen. En de laatste jaren van onderzoek doen en onze grote bostuin. Terugkijkend geeft het me voldoening dat ik veel goeds heb kunnen doen voor anderen. Spijt heb ik van geen enkele keuze.’