

Hoe kijkt Generatie Z naar werken in de palliatieve zorg?

Twee Twentse zorgprofessionals delen hun ervaringen

Ze worden omschreven als digitaal vaardig, maatschappelijk betrokken en minder gericht op carrière dan oudere generaties. Generatie Z betreedt inmiddels volop de arbeidsmarkt, ook in de palliatieve zorg. Maar herkennen jonge zorgprofessionals zich eigenlijk in dat beeld? We spraken met twee Twentse zorgprofessionals die dagelijks werken met mensen in de laatste fase van hun leven.

TEKST: Willy ten Pas

Generatie Z, ook wel Gen Z of Zoomers genoemd, is een verzamelnaam voor de generatie die tussen 1997 en 2012 geboren is. Het is de eerste generatie jongeren die opgroeide als volledige 'digital natives'. Waar voor Millennials, geboren tussen 1981 en 1996, online een dimensie was die 'erbij kwam', groeide Gen Z op in een wereld waar (mobiel) internet en sociale media een vanzelfsprekendheid waren. Volgens bronnen als Wikipedia en Young Capital gaan Gen Z'ers voor persoonlijke groei, vinden ze duurzaamheid en sociale rechtvaardigheid belangrijk, houden ze van directe feedback, zijn ze idealistisch en pragmatisch, ontvangen ze informatie liever in beeld dan in tekst en werken ze om te leven, en niet andersom.

Als je het aan Boomers vraagt, de generatie die geboren is tussen 1946 en 1964, is samenwerken met Zoomers niet altijd makkelijk. Ze zouden te kort en te snel communiceren, lijken minder loyaal dan hun oudere collega's, willen sneller schakelen en geven vaak directere feedback dan Boomers gewend zijn. Ook zijn ze zo snel en handig met online tools, dat 'documenteren' volgens traditionele standaarden weleens in het geding lijkt te komen.

Natuurlijk zijn dit stereotype voorbeelden, maar omdat clichés vaak een kern van waarheid bevatten, waren wij benieuwd of deze verschillen in de huidige praktijk terug te vinden zijn. We vroegen daarom twee Twentse zorgmedewerkers naar hun ervaringen binnen de palliatieve zorg.

Madelon Struik (25) is senior begeleider bij Aveleijn in Losser. Ze ondersteunt cliënten met een verstandelijke beperking en werkt inmiddels vijf jaar in de gehandicaptenzorg. Ze volgde de opleiding Social Work en neemt binnenkort deel aan een vierdaagse scholing bij Saxion over palliatieve zorg in de gehandicaptenzorg.



Jeroen Peper (27) is hbo-verpleegkundige en volgt de eenjarige post-master opleiding tot Palliatieve Zorg Verpleegkundige bij Saxion. Hij werkt als verpleegkundige in Het Hof in Hengelo, een high care hospice, waar cliënten verblijven die in de laatste fase van hun leven zijn.

Herkennen jullie jezelf in het beeld van Gen Z?

Madelon en Jeroen herkennen zich deels in de kenmerken die vaak aan hun generatie worden toegeschreven. 'Zelf vind ik het fijn om samen te werken in teams met verschillende generaties,' vertelt Madelon. 'Dat is verrijkend voor cliënten én onszelf. Tegelijkertijd zie ik wel dat als onze generatie met nieuwe ideeën komt, dat in eerste instantie soms weerstand oproept bij collega's die al jarenlang op een bepaalde manier werken. Dan helpt het om geduldig te blijven en elkaar mee te nemen in veranderingen.'

Jeroen herkent dat. 'We kijken vaak met veel respect naar collega's die al veel ervaring hebben. Dat maakt het soms lastig om feedback te geven. Zij hebben meer levenservaring en werken vaak al veel langer in het vak. Misschien wordt dat makkelijker als ik zelf meer ervaring heb.'

Een generatie die werk en privé beter bewaakt

Als het gaat om de balans tussen werk en privé zien ze wel duidelijke verschillen met eerdere generaties. 'Wij zijn ons bewuster van onze grenzen,' zegt Madelon. 'We nemen ons werk minder mee naar huis. Als we vrij zijn, zetten we bijvoorbeeld de groeppapps van ons werk uit. Natuurlijk blijven we wel gewoon bereikbaar voor als er echt iets aan de hand is.'

'Onze generatie is opgegroeid met digitale ontwikkeling,' vult Jeroen aan. 'Ik denk dat we op dat vlak iets kunnen betekenen voor collega's die daar minder vertrouwd mee zijn. Bijvoorbeeld in de omgang met onze werktelefoons. Daarop kunnen we tegenwoordig het dossier inzien en binnenkort kunnen we ook via onze telefoon rapporteren. Straks kan dat dankzij AI (kunstmatige intelligentie) zelfs via spraakberichten. De druk op de zorg wordt dan minder. We kunnen de oudere generaties in die ontwikkelingen meenemen, zodat ook zij ervaren welke tijdswinst dit oplevert.'

Samenwerken over generatiegrenzen heen

Verschillen jongere en oudere collega's echt zoveel van elkaar? Volgens Madelon en Jeroen valt dat in de praktijk mee. 'Door open te blijven staan voor elkaar ontstaat er ruimte voor iedereen inbreng,' vertelt Madelon. 'We werken allemaal vanuit hetzelfde doel: goede zorg bieden. Daardoor voel ik veel verbondenheid.'

Ook Jeroen ervaart die verbondenheid. 'Binnen ons team kunnen we emoties goed met elkaar delen. Sommige situaties raken je meer dan andere. Bijvoorbeeld wanneer jonge kinderen afscheid moeten nemen van een ouder of als er een jongere overlijdt. Dan is het belangrijk dat collega's elkaar opvangen. Die steun ervaar ik gelukkig veel.'

Wel ziet hij dat de generatie na Gen Z alweer andere verwachtingen heeft. 'De aandacht voor mentale gezondheid en het bewaken van grenzen wordt alleen maar groter. De verjonging stopt natuurlijk niet bij onze generatie.'

Palliatieve zorg draait om aandacht voor de mens

Wat betekent palliatieve zorg voor jullie? Op deze vraag geven Madelon en Jeroen vrijwel hetzelfde antwoord: palliatieve zorg begint bij de mens, niet bij de ziekte. 'Palliatieve zorg betekent voor mij dat iemand niet meer beter wordt,' zegt Madelon. 'Dat kan een periode van jaren zijn, maar soms ook van een paar maanden. De vraag die voor mij centraal staat, is: hoe zorgen we ervoor dat iemand nog zoveel mogelijk levensvreugde ervaart?'

Die levensvreugde is volgens haar een essentieel onderdeel van palliatieve zorg. Het gaat niet alleen om afscheid nemen, maar juist ook om goed leven in de tijd die nog resteert.

Jeroen ziet dat dagelijks terug in het hospice. 'Palliatieve zorg betekent aandacht hebben voor de mens en zijn behoeften. We zijn geneigd om te kijken naar wat er niet meer kan, maar juist dan is het belangrijk om te blijven vragen: wat wil iemand nog wel? Wat geeft nog betekenis? Dat kan een grote wens zijn, zoals nog één keer een bijzondere plek bezoeken, maar vaak gaat het om kleine dingen. Een ontmoeting met familie, een verjaardag halen of nog één keer iets ondernemen. Het gaat erom dat mensen zich gezien voelen.'

De kracht van persoonlijke gesprekken

Kun je als jonge zorgprofessional zulke gesprekken wel voeren? Volgens beide zorgprofessionals draait palliatieve zorg om oprechte aandacht. 'Bij Aveleijn kennen we cliënten vaak al jarenlang,' vertelt Madelon. 'We kennen hun families, hun geschiedenis, hun gewoontes en hun manier van communiceren. Dat helpt enorm wanneer iemand zelf minder goed kan aangeven wat hij of zij nodig heeft. Dan moet je signalen herkennen in gedrag, lichaamstaal en kleine veranderingen.'

In het hospice is de situatie anders. Daar zijn de contacten vaak korter, maar juist heel intensief. Jeroen: 'Mensen weten meestal dat ze in de laatste fase van hun leven zijn gekomen. Tijdens de intake komen daarom direct belangrijke onderwerpen aan bod. Wat wil iemand nog wel? Wat juist niet? In principe is alles bespreekbaar.'

De meest waardevolle gesprekken ontstaan volgens hem vaak spontaan.

'Tijdens het wassen, aankleden of een kop koffie komen soms ineens emoties naar boven. Dan vertelt iemand bijvoorbeeld dat hij zijn kleinkind nog wil zien of zijn verjaardag nog wil halen. Juist die gesprekken laten zien wat iemand bezighoudt.'

Volgens Jeroen heb je daarvoor niet eerst tientallen jaren levenservaring nodig.

'Je leert gesprekstechnieken tijdens je opleiding, maar uiteindelijk voer je gesprekken vooral vanuit je eigen persoonlijkheid. Oprechte aandacht, empathie en betrokkenheid zijn niet leeftijdsgebonden.'

Hij herinnert zich een gesprek uit een nachtdienst. 'Ik zei tegen een cliënt: volgens mij gaat het niet zo goed met je. Daarna ontstond een lang gesprek over alles wat hij moest inleveren en wat dat met hem deed. Dat zijn de gesprekken die ertoe doen.'

Van betekenis zijn, ongeacht je leeftijd

Op de vraag wat ze de lezers willen meegeven zijn ze het snel eens. De boodschap is duidelijk: 'Palliatieve zorg is prachtige zorg. We voegen leven toe aan de dagen en begeleiden mensen bij een betekenisvol afscheid. Dat maakt ons werk bijzonder.'

Ook hebben zij een boodschap voor studenten en jonge zorgprofessionals. 'Je hoeft echt niet alles zelf meegemaakt te hebben om van betekenis te zijn. Durf gewoon vragen te stellen en durf te luisteren.'

Tot slot hopen ze ook dat leeftijdsgenoten vaker stilstaan bij de eindigheid van het leven. 'Ook jonge mensen krijgen te maken met ziekte, verlies en overlijden. Onze generatie leeft vaak snel en heeft veel plannen. Juist daarom is het goed om af en toe stil te staan bij wat echt belangrijk is. Want uiteindelijk gaat palliatieve zorg om hetzelfde als het leven: aandacht hebben voor wat er werkelijk toe doet. Dus maak wat van je leven!'