

Basisvaardigheden in de zorg

Stressbestendigheid	Je kan heel veel meemaken in de zorg. Om daartegen opgewassen te zijn moet je in stressvolle situaties het hoofd koel houden. Zo kun je snel en doelgericht te werk gaan, ook als er spoed is.
Oplossingsgericht denken	In de zorg is het handig als je soms snel weet te handelen. Geen tijd voor getreuzel dus! Wanneer er een probleem ontstaat, heb jij de oplossing al klaar. Ook als er onverwachte veranderingen zijn, weet jij er raad mee.
Oog voor detail	Loopt die meneer op te kleine schoenen? En trilt die mevrouw als ze haar arm optilt? Als zorgverlener heb je een signalerende functie. Je helpt iemand aan schoenen die wél goed passen en licht de arts in als een patiënt last krijgt van bijwerkingen. Hiervoor moet je de situatie goed analyseren.
Zorgen voor collega's	Nu is het eenmaal zo dat het vaak hard werken is in de zorg. Als je ziet dat je collega vandaag overloopt van de zorgtaken, is het belangrijk om hierin te ondersteunen. Diegene doe dat ook voor jou! Dat is nou collegialiteit.
Goed luisteren	Wat heeft iemand nodig? Oftewel, wat is de zorgvraag precies? Om dit goed in kaart te kunnen brengen heeft een zorgverlener goede luistervaardigheden nodig. Ken je bijvoorbeeld de LSD methode: Luisteren, Samenvatten en Doorvragen?
Pro-actief zijn	Werken in de zorg vraagt om aanpakken. Een échte zorgverlener deinst daar niet voor terug, ziet wat er nodig is en gaat er gelijk mee aan de slag. Pro-actief zijn is een belangrijk onderdeel van kordaat, eerlijk en vol zelfvertrouwen werken.
Flexibele werkhouding	Er wordt veel flexibiliteit van je verwacht als zorgverlener. Geen dag is hetzelfde in de zorg. Ook je rooster is flexibel, je werkt ook 's avonds, in het weekend of op feestdagen. En soms komt het voor dat je wat overwerkt. Er wordt best veel van je gevraagd en dat moet je wel passen als een jas!
Humor	Humor is de allerbelangrijkste vaardigheid in de zorg. Humor breekt het ijs, verbindt mensen met elkaar. Het schuift het ziek zijn een beetje opzij. Lachen mét elkaar en niet om elkaar is wel het motto.