

Ondernemer Salmaan Sana gelooft in de kracht van delen

Terug naar de passie

Salmaan Sana (30) helpt zorgverleners hun oorspronkelijke drijfveren terug te vinden. Want daar ontbreekt het volgens Sana nu aan. "Laten we heel eerlijk zijn, als je ziet hoeveel mensen in de gezondheidszorg niet gelukkig zijn met hun huidige werkzame bestaan, dan is het duidelijk dat er iets moet veranderen."

Amsterdam-Noord, bolwerk van creatieve geesten. Voor Salmaan Sana (30), tot voor kort student geneeskunde en inmiddels young professional en ondernemer, is 'de andere kant van het IJ' de perfecte omgeving om creatieve ideeën te laten rijpen. Samen met een compagnon richtte Sana drie jaar geleden Nameshapers op, een bedrijf dat organisaties helpt bij de vraag hoe zij hun online en offline communicatie met elkaar kunnen verbinden. Hiertoe geeft hij workshops en trainingen aan bedrijven en individuen die 'iets' met social media willen. En Sana weet waar hij over praat. Zelf kan hij met social media goed overweg. In de klout.com top-100 van ziekenhuistwitteraars staat hij op één met veel interactie op zijn posts. "Social media zijn een verlengde van wie je bent", zo zegt Sana, die Twitter en social media als ondersteunende instrumenten ziet voor zijn grotere doel, namelijk verhalen vertellen.

Sana is ook voorzitter van Compassion for Care, de beweging van medische studenten en

zorgprofessionals die staat voor de gedachte dat zorgverleners vanuit compassie werken en dat compassie de basis is voor de manier waarop zorgverleners hun werk kunnen vormgeven.

Sana zelf zal geen arts meer worden. Zijn activiteiten voor zijn bedrijven en voor Compassion for Care brachten hem afgelopen juli tot de beslissing om met zijn studie te stoppen. Vrijwel direct hierna kon hij in het Amsterdamse VUmc aan de slag als interim-teamleider op de afdeling radiotherapie, waar hij laboranten coacht in hun persoonlijke ontwikkeling. En bij Medisch Centrum Leeuwarden is hij inmiddels projectleider Compassie. Opmerkelijk gezien zijn relatief jonge leeftijd, al wil hij hier zelf niets van weten: "Als je je kwetsbaar naar de ander durft op te stellen en oprechte vragen stelt, dan maakt leeftijd helemaal niet uit."

Zijn passie is om mensen te helpen hun oorspronkelijke inspiratiebron terug te vinden. Het recept hiervoor ligt besloten in drie vragen. Sana somt op: "Waarom doe je wat je doet, wat is de oorspronkelijke drijfveer om dit te doen en waarom doe je het nu nog? Vaak blijkt dat



‘We moeten terug naar de innerlijke kant, naar persoonlijk leiderschap’

> zorgverleners deze vragen niet meteen kunnen beantwoorden. Voor mij een teken aan de wand, want echte passie zou je altijd paraat moeten hebben. Mensen die hier moeite mee hebben, stel ik de vraag wat zij zelf kunnen doen om hun oorspronkelijke passie terug te vinden.”

Inspiratiebron

Compassie in de zorg begint bij stilstaan bij je eigen behoeften en bij die van de ander, meent Sana. ‘Treat others as you wish to be treated yourself’, is zijn stelregel. Tijdens zijn geneeskundeopleiding voelde hij dat hij in het huidige onderwijs- en ziekenhuissysteem niet gelukkig zou worden. “Ik zeg niet dat het huidige systeem een slecht systeem is, maar wel dat het voor mij niet goed was. Ik merkte bij mijzelf – en ik zag het ook bij veel andere medisch studenten – dat gaandeweg de inspiratie verdween waardoor ik ooit aan de studie was begonnen. Ik zie ook bij artsen dat ze hun oorspronkelijke inspiratiebron langzaam verliezen. Dat geldt niet voor iedereen, want er zijn prachtige voorbeelden van professoren en artsen die wel heel goed bezig zijn. Maar daar staan legio zorgverleners tegenover die dusdanig worden opgeslokt door het dagelijkse ritueel van zorg verlenen en alle stress die hiermee gepaard gaat, dat ze niet meer weten wat ze voor zichzelf en de ander willen betekenen.”

Sinds Sana afgelopen zomer met zijn studie is gestopt, kan hij zich volledig toewijden op het hervinden van zijn eigen passie. Als hem de vraag wordt gesteld hoe compassie in de zorg samengaat met de macro-economische werkelijkheid, volgt een stilte van 10 seconden. Dan zelfbewust: “Waar het om draait is dit: je hebt een doel dat je wilt bereiken en je hebt de oorsprong. Wat wij in de zorg vaak proberen is om vanuit het doel te werken, namelijk meer patiënten, een snellere behandeling, enzovoort. Maar dat is de uitkomst van het werk en niet de oorsprong. De oorsprong begint bij de arts, hoe hij met zichzelf omgaat, hoe hij met de patiënt omgaat en hoe de relatie is tussen die twee. De

manier waarop hij dat doet, komt pas in een volgende fase en pas daarna volgt de vraag of processen efficiënter kunnen of niet. Ik ben ervan overtuigd dat als iedere zorgverlener begint vanuit de kern, dit meer efficiency zal opleveren en tot besparingen zal leiden. Maar dan moet de huidige systeemgerichte benadering worden vervangen door een persoonsgerichte. Want laten we heel eerlijk zijn, als je ziet hoeveel mensen in de gezondheidszorg niet gelukkig zijn met hun werkzame bestaan, dan is duidelijk dat er iets moet veranderen.”

Sana beschrijft omstandig hoe zorgverleners in hun werk steeds meer onder druk worden gezet door de doelstellingen die zij moeten halen. Precies de verkeerde manier, stelt Sana. In plaats van nog meer te pushen, pleit hij voor meer ruimte voor de vraag waarom men ooit voor het vak heeft gekozen. De output volgt dan vanzelf. “We moeten terug naar de innerlijke kant, naar persoonlijk leiderschap. In de ideale zorginstelling weet iedereen wat hij of zij moet doen, zijn alle medewerkers zich sterk bewust van hun eigen rol en durft iedereen uit te dragen waar hij of zij voor staat. Een zorginstelling die door compassie wordt gedreven, creëert een sfeer waarin het normaal is om jezelf kwetsbaar op te stellen, waarin je fouten mag maken en waarin de wil om te leren prominent aanwezig is, omdat de hele omgeving dit doet. Dat je voor jezelf en anderen klaarstaat. Dat de patiënt warm wordt ontvangen en wordt gekend in alle handelingen van de arts, patiëntparticipatie dus. Het draait om vertrouwen tussen arts en patiënt, alle handelingen moeten hieruit voortvloeien.”

Maar van dat ideaalplaatje zijn we nog even verwijderd, denkt Sana. Hij constateert dat veel zorgprofessionals beter voor zichzelf zouden mogen zorgen. “Als je fysiek en geestelijk goed voor jezelf zorgt, geeft dit ruimte voor (zelf)acceptatie en heb je minder de neiging om jezelf of een ander te veroordelen. Hierdoor krijgen zorgverleners ook meer de gelegenheid zichzelf de vraag te stellen waarom ze doen wat ze doen.”

Betere wereld

Voor zijn leeftijd straalt Salmaan Sana veel wijsheid uit. Zijn inspiratie haalt hij uit boeken, reizen en mensen. In zijn jeugd wilde hij de wereld een beetje mooier maken. Zo organiseerde hij op de middelbare school samen met klasgenoten jarenlang liefdadigheidsconcerten voor de nabestaanden van aardbevingen in Turkije

en Pakistan. Lachend: “En als 11-jarig jongetje zong ik het nummer *Heal the World* van Michael Jackson.” Sana gelooft dat mensen samen een betere wereld kunnen creëren. De kracht van het verhaal kan hierbij helpen. Social media zijn volgens hem daarbij niet meer dan een medium.

Sana: “De mensheid heeft altijd de behoefte gehad om zich uit te drukken, vroeger door grotschilderingen, later door brieven en telefoon en nu Twitter. Allemaal middelen die helpen om ons met elkaar te verbinden en verhalen te delen. We moeten zorgverleners veel meer vrijheid en ruimte geven om met nieuwigheden als social media te experimenteren. In het VUmc merk ik dat veel mensen social media wel in zouden willen zetten, maar simpelweg niet weten hoe.”

Volgens Sana zouden social media voor veel zorgverleners een platform kunnen zijn om uiting te geven aan hun behoefte zich te verbreden. “Twitter biedt gelegenheid kennis te vergaren op aangrenzende vakgebieden en kan zo voorzien in die behoefte.”

Co-creatie

Meer verbinding maken met jezelf en de ander zal uiteindelijk leiden tot meer compassie, denkt Salmaan Sana. Om de vraag of compassie en concurrentie in de zorg samengaan moet hij lachen: “Ik geloof zelf niet in concurrentie. Compassie zie ik niet als competitie, maar als co-creatie-middel. Als twee mensen voor één positie gaan, allebei hun best doen en de ene wordt het en de ander niet, dan vind ik niet dat de ene verslagen wordt door de ander. Dat is namelijk weer dat oordelen. Als een patiënt wel voor de ene zorgverlener kiest en niet voor de ander, dan moet de zorgverlener dit ook accepteren. Daarbij kan hij het moment aangrijpen om zichzelf de vraag stellen of dit eigenlijk wel het pad is dat-ie wil bewandelen.”

Volgens Sana wordt verliezen als falen beschouwd, omdat ons denken zich richt op concurrentie en dus op winnen of verliezen. “Als je verliest, heb je gefaald. Ik zie dat anders. Als iemand iets heel graag wil, maar het lukt niet, dan is daar een bepaalde reden voor. Het kan ook een signaal zijn om een andere richting in te slaan, die beter bij die zorgverlener past. En mind you, tegenwoordig kan iedereen zijn eigen subspecialisme creëren. Denk aan Quantified Self (een beweging die met technologie zelfcontrole wil bevorderen, red.), waar mensen met een passie voor zorg, technologie en zelfanalyse zomaar een waanzinnig nieuw vakgebied zijn begonnen. Ik geloof dat iedereen dat kan. Mijn



‘De zorginstelling van de toekomst is een plek die een gevoel van thuis komen geeft’

boodschap is: heb vertrouwen in jezelf, dat pad volgt vanzelf wel.”

Meer compassie, meer vertrouwen in jezelf, het zal de gezondheidszorg uiteindelijk flink op zijn kop zetten, denkt Sana. “De zorginstelling van de toekomst is een plek die patiënten een gevoel van thuis komen geeft, waar zij warm welkom worden geheten, waar zij vriendelijk worden verzorgd en waar meditatie en mindfulness worden meegenomen in het behandelplan. Dit alles zal het helingsproces enorm verbeteren. De nieuwe generatie artsen gaat dit proces nog eens extra versnellen. Jonge twintigers en dertigers denken in mogelijkheden en bekrachtigen elkaar in hun ideeën. Wij hebben geleerd dat de kracht van delen eigenlijk de grootste kracht is in onze huidige samenleving. Wie zelf deelt, nodigt de ander uit om ook te delen. De impliciete betekenis achter zo’n uitnodiging is eigenlijk: kom, doe mee, je mag jezelf laten zien zoals je bent.” <