

Zin in Huisartsenzorg

Impressie eerste nascholingsreizen in Griekenland - juni 2010

Terugblik

In mei 2010 hebben de eerste huisartsen het programma 'Persoon en professie in balans' gevolgd. In deze vijfdaagse nascholing in Griekenland staan thema's als de persoonlijke (werk)balans, werkplezier en voldoening centraal.

Inhoudelijke, reflectieve en bewegings-activiteiten wisselen elkaar in het programma af.



Motivatie voor deelname

De huisartsen hebben uiteenlopende redenen om mee te doen:

'Ik wil voor mezelf de zaken weer eens op een rij zetten. Heldere keuzes maken voor de komende jaren. Ook wat betreft de balans tussen werk en privé.'

'Samen met mijn collega wil ik de tijd en rust nemen om onze samenwerking te bespreken.'

'Binnenkort start ik met een eigen praktijk. Ik wil deze nieuwe uitdaging voor mezelf wat meer handen en voeten geven.'

'Ik wil me bezinnen op mijn vak en nieuwe inspiratie opdoen: zit ik nog op de juiste weg of loop ik de patiënten teveel achterna?'

'Ik ben bijna 60 en voor mij rijst de vraag hoe lang ik nog door wil gaan als huisarts en op welke manier.'

De kracht van het verschil

De leeftijd van de deelnemende huisartsen varieert van 35 jaar tot begin 60. Ook hun achtergrond is verschillend wat betreft (werk)ervaring, sociale afkomst, cultuur en opleiding. Ze werken als praktijkhouder, HIDHA, waarnemer, zijn net als huisarts begonnen of staan voor hun pensioen.

In de nascholing heeft deze diversiteit voor boeiende dialogen en waardevolle intercollegiale uitwisseling gezorgd. Waarbij de jongere huisarts leert van zijn ervaren collega. En de oudere huisarts juist nieuwe inspiratie haalt uit het enthousiasme van zijn startende collega.



Professionele ontwikkeling

Geen medisch inhoudelijke onderwerpen, maar juist de professionele ontwikkeling van de huisarts zelf staat voorop in deze nascholing. Hoe staat het met de arbeidssatisfactie en op welke manier ga je om met de voortdurende veranderingen in de praktijk van 2010?

Aan de hand van verschillende actieve werkvormen hebben de huisartsen bijvoorbeeld ontdekt wat hun favoriete manier is om werkdruk te hanteren of om steun te vragen. Angèle van de Ven: *'Bewust worden van eigen gedrag is een belangrijke eerste stap. Van daaruit kun je concluderen 'het is goed zoals het is' of juist: 'hier wil ik verandering in aanbrengen.' Zo kun je op een professionele manier werken aan je ontwikkeling.'* Iedere huisarts heeft voor zichzelf in een Individueel Ontwikkel Plan concreet beschreven op welke manier hij hiermee aan de slag gaat in de praktijk van alledag.



Lichamelijke balans

Iedere dag begint de nascholing met bewegingsoefeningen op het strand, onder begeleiding van bewegingspedagoog Sonja Roost-Weideli. Een huisarts: *'Ik was van tevoren bang dat dit onderdeel 'zweverig' zou zijn, met veel stilzitten of zo, te meditatief voor mij. Maar de beweegoefeningen zijn juist heel praktisch en gericht op jezelf. Sonja gebruikt veel medische termen, wat het voor mij als dokter heel toegankelijk maakte. Ze gaf me persoonlijk feedback, waardoor ik me nu eerder bewust ben wanneer ik spanning op mijn schouders zet.'*

Referenties

De volgende huisartsen hebben in mei 2010 deelgenomen en bevelen deze nascholing aan hun collega's aan:



Paul Albert (Ouddorp), Dave van den Bremer (Damwoude), Vahide Bulut-Altun (Rotterdam), Tanneke Gerritsen (Mijnsherenland), Kees Hoogenboezem (Giessenburg), Babrak Mohamad (Vlaardingingen), Melih Oyman (Rotterdam), Han Rosendaal (Hellevoetsluis), Yde Rosier (Gorinchem), Marja Veldhoen (Numansdorp), Nico Verhoef (Numansdorp), Donald Witsel (Numansdorp), Zahir Zomra (Barendrecht).

Reacties van huisartsen



'Ik heb me nog nooit zo prettig gevoeld tijdens een 'nascholing' (het was meer dan dat).'

'Ik heb enorm genoten van de verbetering en ontwikkeling van mezelf én anderen.'

'Vijf dagen, van woensdag tot en met zondag, was voor mij perfect in te passen in praktijk en privé.'

'Nascholing boven verwachting, zeker ook voor de oudere huisarts die in zijn opleiding niet het Individueel Ontwikkel Plan (IOP) heeft meegekregen.'

'Ik kwam met veel chaos in mijn hoofd. Met jullie kennis en de omstandigheden die jullie gecreëerd hebben, heb ik wat meer rust en helderheid in mijn toekomstige plannen en prioriteiten gekregen.'

'Met name de voorbereidende bewegingsoefeningen werkten faciliterend op het verdere verloop van de dag.'

Extra datum 2010:

Woensdag 20 t/m zondag 24 oktober



Meer weten?



Een brochure en inschrijfformulier vindt u op onze website:

www.zininhuisartsenzorg.nl

U kunt bellen met Angèle van de Ven
Mobiel (06) 21 20 67 80

Van de Ven Training & Advies
Van Spaenstraat 7
6524 HH Nijmegen
Telefoon (024) 360 24 24
info@vandeven.com
www.vandeven.com