

BALANCEREN TUSSEN ZORGEN VOOR EN EIGEN ZELFZORG

“ There is a hole in my soul”

De uitdaging :

Het gaat geen jaren meer duren.... En we mogen van een generatie-wissel spreken: oudere mannelijke (en vrouwelijke) collega's vallen weg, en de zorg zal terugvallen op de nieuwe aankomende huisartsengroep die zich nu stilaan aan het organiseren is.

De uitdaging voor de jonge generatie huisartsen is niet te onderschatten. We mogen verwachten dat de werkdruk niet minder zal zijn. Tegelijk is de eerste prioriteit : een goede balans tussen werk en privé.

Je kan dingen veranderen door in te grijpen op 3 verschillende niveau's : organisatie, team, maar ook op persoonlijk vlak.

***Het hoofdthema in deze groep : Wie ben ik dat ik gekozen heb voor arts: waarom doe ik dit? Wat drijft me ?
Hoe wil ik huisarts zijn, en wat wil ik aanbieden?***

In die zin trachten we dus als arts, zoveel mogelijk dmv zelfreflectie en intervisie stil te staan bij wat voor ons zelf van wezenlijk belang is voor ons zelf en onze context en om dit te blijven doen, met hart en ziel.

***Onze ervaring met de bestaande intervisiegroepen, is dat wanneer collega's, in groep stilstaan en reflecteren over hun vak- en hun werk-kostuum (dat hen niet meer past bij het invullen van hun zoektocht naar een integrale geneeskunde), ze toch een duidelijker positie beginnen in te nemen.
Ze creëren zelf betere voorwaarden voor een optimalere context, architectuur, samenwerking in netwerk of groep of organiseren zich anders.***

Maar ook het kennismaken en leren vanuit de nieuwe psychotherapeutische stromingen, ervaringsgericht, leert hen meer antwoorden te geven, naar zelfkennis, maar ook handvaten als begeleider van psycho-somatische en psycho-sociale problematiek in de praktijk.

We zien een vernieuwde groepsidentiteit van artsen ontstaan, elk met een eigen parcours, maar waarbij gemeenschappelijke thema's zijn : coherent praktijkvoeren als huisarts, hoe hou ik het vol, zin gevend.

Salinsky (huisarts, opleider en voorzitter Balint-groep in London) zegt: " Ik inspireer me telkens weer in mijn intervisie-groep waar ik mijzelf als hulpverlener ontwikkelde en telkens ontdekte: dat is het wat ik wil aanbieden, dit geeft me zin en betekenis.

De start

De start van de nieuwe intervisiegroep wordt gegeven door gasttrainer Frank Van Mierlo en Eric Boydens, arts, co-trainer.

4 donderdagnamiddagen gaan de intervisie-workshops opgebouwd worden rond praktijkvoeren (waar staan we, wat willen we, waar staan we voor, hoe bewegen we ons in de huidige context)

De psychotherapeutische stroming die een kader geeft voor deze intervisies komen enerzijds uit cliënt-centered, gestalttherapie, contextuele therapie en familieopstellingen.

Meer uitleg over opstellingswerk

Het appél op artsen wordt steeds maar groter. Het is dan ook een grote uitdaging om een evenwicht te vinden tussen dit appél en je eigen inzichten, kwaliteiten en mogelijkheden.

In deze workshops zullen we zoeken naar je eigen krachten die je hebt meegekregen vanuit je familiegeschiedenis om op een meer bevredigende manier antwoord te geven op dit appél van patiënten.

Familieopstellingen van Bert Hellinger is een systemische manier om te kijken naar moeilijkheden die we tegenkomen in de uitoefening van ons beroep. We zullen onderzoeken welke systemische krachten ons dienstbaar zijn en welke ons blokkeren of hinderen.

In ons gezin van herkomst kregen we een blauwdruk (script) mee omtrent zorg geven aan anderen en zelfzorg. Familieopstellingen laten ons duidelijk zien hoe die blauwdruk zich in ons huidig leven nog manifesteert. Van hieruit kan gekeken worden hoe dit script geoptimaliseerd kan worden in onze beroepsuitoefening.

Artsen bevinden zich eveneens in een systemisch veld met verschillende actoren: patiënt, collega's, ziekenhuizen, medische specialisten, paramedici, mutualiteit, medische industrie. Het is dan vaak niet eenvoudig om binnen dit systemische netwerk als arts goed te functioneren. Via de methodiek van opstellingen willen we kijken hoe dit krachtenveld op ons inspeelt en hoe we dit kunnen hanteren.

Praktische schikkingen

Donderdag 10/10 - 24/10 - 7/11 - 21/11/2013 van 13.00 u tot 20.00 u

Begeleiding : Frank Van Mierlo en Eric Boydens

Plaats : **Hof van Zevenbergen Ranst**

Cursusprijs : Mogelijk via KMO-portefeuille 500 euro voor de 4 donderdagen, maw eigen bijdrage : 250 euro.

Verblijfkosten/maaltijden : 88 euro

Accreditering werd aangevraagd in rubriek economie en ethiek

Betaling voorschot geldt als inschrijving