

TRAINING

VNVA KADERTRAINING

SINDS 1987 VINDT DE VNVA KADERTRAINING PLAATS, MET ALS DOEL VROUWELIJKE ARTSEN TE ONDERSTEUNEN IN HUN PERSOONLIJKE EN PROFESSIONELE ONTWIKKELING. REFLECTIE, FEEDBACKGESPREKKEN EN OEFENING IN VAARDIGHEDEN ZIJN DAARBIJ BELANGRIJKE LEERMIDDELEN. INMIDDELS HEBBEN RUIM 700 VNVA LEDEN DEZE TRAINING GEVOLGD. DRIE DEELNEEMSTERS VAN TRAININGSGROEP 51 IN 2007 KREGEN DE VRAAG VOORGELEGD: HOE HEEFT DE TRAINING BIJGEDRAGEN AAN JOUW MOTIVATIE VOOR JE WERK.

ZIJ GAVEN ALS REACTIE:

MEER INZICHT

Iedereen heeft wel van die momenten dat je jezelf afvraagt of wat je doet goed is en wat je in de toekomst zou willen doen. Vaak worden deze momenten van reflectie uitgelokt door emoties. Toch is het goed om deze vragen af en toe te stellen. In zo'n periode las ik in VAMP over de kadertraining en dat sprak me zo aan dat ik me heb opgegeven.

In het begin van de training voelt iedereen zich onwennig, maar al na de eerste kennismakingsronde ontstaat er een band door herkenning van de beschreven situaties en emoties die aanleiding gaven om de cursus te gaan volgen. Dit blijkt dan een uitstekende basis om met elkaar deze cursus te doorlopen. Eyeopener voor mijzelf was, om meer inzicht te krijgen in eigen functioneren en karaktereigenschappen. Sleutelwoorden werden 'prioriteit' en 'wat wil ik zelf'. Door de diverse oefeningen toe te passen in de werksfeer en thuis merkte ik dat er een verandering begon te ontstaan. Sinds de kadertraining heb ik meer rust gevonden door een betere organisatie van zowel werk als privé, maar ook meer zelfvertrouwen gekregen.

Terugkijkend op de laatste maanden durf ik zelfs te stellen dat ik door de training beter in staat ben om belangrijke beslissingen te nemen.

Marquita Greijn, kinderarts vlissingen

WERK ALS GROTE LEERSCHOOL

De kadertraining heeft ongelooflijk veel bijgedragen tot mijn motivatie voor het werk.

Als beginnende jonge neuroloog in een evenzo jonge vakgroep van een perifere ziekenhuis kom je meer tegen dan alleen het uitvoeren van je specialisme. Ik kwam er al gauw achter dat ik meer wilde/moest weten over vergaderen en onderhandelen. Voor zowel binnen de vakgroep als op stafniveau heb ik veel profijt van de oefeningen die ik in de kadertraining heb gedaan. Zo is de angst die ik had voorafgaande en tijdens vergadermomenten minder geworden. Ik zie het nu als een uitdaging om de juiste meningen en doelen boven water te krijgen.

Ondanks de hoge werkdruk en de nevenactiviteiten, die een enorme aanslag zijn op mijn gezinsleven, heb ik geleerd dat

je zelf de hoofdrol speelt en het zelf kunt sturen. Met name NEE durven zeggen en je tijd managen neemt de druk van de ketel en maken leven en werken tot een aangename bezigheid.

De kadertraining heeft een aanzet gegeven tot verdere persoonlijke, als ook beroepsmatige ontwikkeling. Met behulp van de theorie, die ik regelmatig gebruik om mijn geheugen op te frissen, kan ik dagelijks in de praktijk oefenen. Mijn werk is een grote leerschool geworden, en aangezien ik van leren houd ga ik elke dag met plezier naar mijn werk.

Esther Hessels-van der Leij, neuroloog in Winschoten

BALANS PRIVÉ EN WERK

Zondagmiddag 13 januari, 16.00 uur, Schiphol. Vertek voor de tweede week naar London voor de foetale cardiologie. De Britse gezondheidszorg heeft een concentratie van high-end care, een ervaring die in Nederland jaren zou kosten om op te bouwen. Maar daarmee verlaat ik wel voor weken het thuisfront; man en 3-jarige peuter; zwangere buik meeslepend. Dit alles in de afrondingsfase van verbouwing, met het nodige regelwerk daaromheen. Niet gemakkelijk, want je voelt je ook heel nodig thuis.

Door de kadertraining kan ik de verschillende thema's in mijn leven veel beter in perspectief zetten. Zo heb ik bij de invulling van het London-avontuur voor het eerst rekening gehouden met wat ik werkelijk wil, en niet alleen met wat ik denk dat anderen van mij verwachten. Dus donderdagavond naar huis, omdat vrijdag mijn mamadag is. Dat was een hele spannende beslissing: hoe zouden ze daarop reageren? Maar zo is en blijft de onderneming de moeite waard en blijf ik dicht genoeg bij mezelf.

Wat de kadertraining het meest naar boven heeft gebracht is: hoe zorg ik dat mijn sterke motivatie en perfectionisme in mijn werk zich niet als een vijand tegen mij keren en zich omvormen tot demotivatie en verbittering. Haalbare doelen stellen en je (kleine) resultaten vieren. Daarmee de balans in privé en werk steeds centraal stellen. Kortom: motivatie koesteren en behouden!

Monique Haak, gynaecoloog VUMC, afdeling prenatale geneeskunde