

## Geef de pen door..... Aniet Meijburg



Nu aan mij de eer om wat over mijzelf te schrijven, met dank aan Caroline Blessing, fijn maatje binnen ons trouwe intervisie clubje.

Op dit moment werk ik al bijna 19 jaar in Hoofddorp in een gezondheidscentrum. Gestart in een nieuwbouwwijk in een noodgebouw met een heel klein clubje huisartsen, assistenten en nog 1 collega fysiotherapie. Om ons heen het geluid van heipalen, zicht op hijskranen. De fysiotherapie heeft zelfs een tijdje in een noodgebouw vóór het noodgebouw gezeten, een soort veredelde caravan. Primitief, maar wel een hele leuke pionierende tijd, waarin ik de psychosomatiek op de kaart heb gezet.

Inmiddels zijn we verhuisd naar een mooi gebouw. Het team is uitgebreid met bijna alle

specialisaties binnen de fysio, een hoofdpijncentrum in opzet, aantal collega's fysio zijn gepromoveerd.

De nauwe samenwerking vooral met huisartsen, POHGGZ en collega's fysio vind ik een meerwaarde; het even bij elkaar naar binnen kunnen lopen voor overleg. Ook is er veel ruimte om onderling van elkaar te leren, we hebben regelmatig een huisartsen/ fysio overleg en studiedagen.

Vóór Hoofddorp heb ik jaren kleinschalig in een particuliere praktijk in Noordwijkerhout gewerkt, in die tijd vele cursussen en nascholing gevolgd.

Tot ik behoefte aan verandering had en een wat groter werkverband ambieerde.

Ook ik heb net als Caroline overwogen om psychologie te gaan studeren, tot ik bij het zoeken naar een andere baan op het pad van de PSF kwam.

In deze tijd ben ik gestart met de opleiding psychosomatiek aan het IPT.

Dit was voor mij een geweldige keus, gevoel van thuiskomen; de bio/ psycho/ sociale context als geheel, met veel tools om hier adequaat mee om te gaan. Theorie, maar vooral heel veel praktijk.

Het delen in complexe problematiek, intieme verhalen, rouw.

Het samen met de cliënt naar het probleem kijken, afstand tot het proces, de regie in eigen hand teruggeven, inzetten op blijvende gedragsverandering, in kleine stappen verder komen. Lijfelijk ervaren. Een mooie uitdaging.

Een vrouw vertelde dat ze door één oefening uit de ACT meer inzicht en daarmee een opening tot herstel kreeg dan alle jaren therapie ervoor. Nu voelde ze wat ze al die jaren deed!!

Naast individuele behandelingen geef ik al een aantal jaar met veel plezier Mindfulness trainingen, de groepsdynamiek hierin spreekt me aan.

Eén cliënt die me ook al die jaren is bijgebleven;

Ik was begin 20 en werkte een aantal jaar in een ziekenhuis in Zwitserland.

Een vrouw met een zwaar leven achter de rug. Haar man was jong overleden en ze moest hard werken om voor zichzelf en haar zoon te zorgen. Nu had ze een onderbeenamputatie en ik moest met haar oefenen met een prothese en 2 krukken lopen.

Als we op de gang liepen snoef ze angstig, hoog in haar adem, als een briesende leeuw liep ze rond. Had ik net advies gegeven wat ze beter anders kon doen, liep er iemand van de verpleging die haar moed in wilden spreken en zei; het gaat al goed he, waarop ze tegen mij snoefde; die snappen er ook niets van.

Haar kracht, in combi met haar kwetsbaarheid en humor troffen me.

De NFP draag ik een warm hart toe, een relatief kleine club mensen, waarin je elkaar altijd wel weer tegenkomt.

Ik heb 4 jaar in de congrescommissie gezeten, we organiseerden 2 x per jaar een congres; de Verdiepingsdagen en later ook de Verbredingsdagen.

Serius gewerkt om deze dagen een interessante inhoud te geven met zoeken naar en bezoeken van sprekers, maar ook vooral een tijd met veel plezier en lol!!

Dit is voor mij sowieso altijd een motto geweest, serieus werken, cursussen en trainingen volgen, maar ook werkplezier.

Dit laatste ben ik een korte periode kwijt geweest. Als pluspraktijk namen we verplicht deel aan een audit. De administratieve druk en het moeten voldoen aan alle cijfertjes, de angstcultuur die ontstond, dat niet jij degene wilde zijn waardoor het team de audit niet zou halen.....Gelukkig nu in rustiger vaarwater.

Dit blijft ook een uitdaging voor het NFP bestuur, in gesprek blijven met de zorgverzekeraars, en ons blijven profileren met de bijbehorende vergoedingen.

Binnenkort ga ik stoppen met werken.

Ik kijk terug op een heel fijne werktijd, met grote collegialiteit en voel ook dankbaarheid dat zoveel cliënten mij al die jaren hun vertrouwen hebben gegeven.

Het is geen streep erdoor, maar een streep eronder.

Ik geef de pen door aan Wouter Beekhuis, voor mij Romeo tijdens de Verdiepingsdagen.