

Inspiratiemiddag

De dag voor het najaarscongres inspireerden de sectiebestuursleden elkaar op het gebied van samenwerking en kennisdeling. Onder enthousiast dagvoorzitterschap van bestuurslid Sammy Peter begon de middag met het delen van successen en ambities.

Bij de kennismaking bleek dat de activiteiten van de secties sterk uiteenlopen. Hoewel bijna iedere sectie wel studiedagen, workshops of symposia organiseert, zijn de andere activiteiten erg verschillend. De ene sectie is bezig met het ontwikkelen van richtlijnen of zorgstandaarden en andere secties versturen regelmatig nieuwsbrieven. Ook de betrokkenheid van de achterban van de secties verschilt sterk. De ambities zijn groot: meerdere secties hopen een studiedag te organiseren met een internationale topspreker.

Het tweede deel van de middag werd ingevuld met het onderwerp kennisdeling. De sectiebestuurders gaven hierbij input voor de doorontwikkeling van de website vgct.nl en het kennisnet. Belangrijke wensen zijn het vergroten van samenwerkingsmogelijkheden en een toegankelijk kennisnet. Voor de inhoud van het kennisnet blijken wetenschappelijk onderzoek, uitleg van CGt-technieken en protocollen het meest gewild.

De inspiratiemiddag was een mooi moment voor de sectiebestuurders om elkaar beter te leren kennen. Zo blijkt dat eigenlijk iedereen de wens heeft om meer verbinding met elkaar te zoeken en om gecombineerde studiedagen of andere activiteiten te organiseren.



Uit de praktijk

In deze rubriek delen leden verhalen uit hun dagelijkse (behandel)praktijk. Denk aan die ene cliënt die je altijd is bijgebleven, een cursus die je hebt gegeven of gevolgd die veel indruk op je maakte, een nieuwe behandelmethodede die heel anders uitpakte dan je verwachtte of dat onderzoek waar geen eind aan leek te komen. Kortom: bijzondere verhalen die het waard zijn om te delen.

Psychotherapeut en supervisor Rob Faltin heeft zijn eigen praktijk Doe-Psy in Amsterdam. Je zou kunnen spreken van een fietspraktijk, want hij en zijn cliënten doen de behandeling fietsend. Bijzonder: het Parool schreef er deze zomer zelfs een artikelje over: 'Sessie met zielenknipper op de trappers'. Hoe zit dat precies?

Beweegprofessor

Rob: 'Ik heb een workshop gevolgd van de 'beweegprofessor' Erik Scherder en gelezen dat er geen twijfel over bestaat dat bewegen beter is dan lang zitten. De filosofie van mijn praktijk is minder praten en meer doen dus daar past de kantoorfiets prima bij. Met de kantoorfiets worden cliënten actiever en groeit de

motivatie om de oefeningen in de therapie uit te voeren. De fietsen zijn een onderdeel van mijn motiveringsstijl.'

De kantoorfietsen zijn ook handig voor sessies met een helper, bijvoorbeeld de partner van de cliënt. Rob: 'Ik heb maar twee fietsen, dus dan vraag ik ze of ze allebei op de fiets willen - dan blijf ik staan -, of alleen de cliënt en ik. Bij één behandeling komen de moeder, vriend of broer mee. Die zitten dan op een stoel naast de cliënte. Dat ondersteunt het idee van: de cliënt is aan het werk, de helper helpt.'

Vrolijk

Zijn cliënten reageren bijna allemaal positief. Rob: 'Veel zien het eerst op mijn

'Ik zie ze al vrolijk worden als ze binnenkomen'

website. Ik zie ze al vrolijk worden als ze binnenkomen. Twee cliënten wilden liever zitten en dat hebben we gedaan. Met één van hen heb ik later toch af en toe op de kantoorfiets gezeten, in sessies met imaginaire exposure aan rampscenari's.'

Of de behandelingen succesvoller zijn op de fiets, vindt Rob moeilijk te zeggen. 'Van de twee cliënten die niet willen fietsen knapt die ene steeds maar niet op. De cliënten die de fiets wel gebruiken, knappen wel op. Maar goed, dat gebeurt gelukkig vaak. Maar ik heb ook wel twee dropouts gehad. Mijn doel is in eerste instantie niet om met de fietsen meer succes in de behandelingen te krijgen. Het is meer het toepassen van kennis die al bekend is: bewegen is beter dan lang zitten.'

Rob raadt het iedere therapeut aan om een fiets te gebruiken bij de behandeling. 'Natuurlijk heeft elke therapeut zijn of haar eigen professionele vrijheid, maar ik kan deze kantoorfietsen van harte aanbevelen.'