

## Snoeien en oogsten. Aandacht voor loopbaankeuzes.

*Klik hier om de nieuwsbrief online te bekijken*

### *Beste Online lezer,*

De herfst is het seizoen van het oogsten, loslaten en snoeien. In de tuin, maar ook in een loopbaan. Wat bij mijn loopbaankeuzes heeft gewerkt, is het oude loslaten (bijvoorbeeld ontslag nemen en de natuur in, lange fietstocht, reizen), letterlijk afstand nemen van de situatie om mezelf de ruimte te geven om na te denken over wat ik wil. En daarnaast hielp het mij om te praten met anderen, en bij hen inspiratie en ideeën op te doen, ook toen mijn ideeën voor de toekomst nog niet helder waren. In deze herfsteditie van het Seizoensnieuws kijken wij met 4 medisch professionals terug op belangrijke loopbaankeuzes die zij hebben gemaakt. Zij delen hun ervaringen, en hun tips. Ik nodig je van harte uit om je door hen te laten inspireren. En mocht je zelf een loopbaankeuze overwegen, weet dat je welkom bent om met een van onze coaches te sparren, of met iemand uit ons netwerk.

*Gezonde groet, Desiré van Teeffelen.*

### Loopbaankeuzes: 4 medisch professionals delen hun ervaringen en tips

Hoe komt een medisch professional ertoe om een loopbaanveranderende keuze te maken? Die vraag - vaak pas achteraf goed te beantwoorden - stelden wij aan 5 medisch professionals die ieder op een bepaald moment in hun medische carrière een nieuw of aanvullend pad zijn ingeslagen. Lees hun ervaringen, en hun tips. Klik op de link voor het volledige interview.

#### Switchen tijdens specialisatie

Monique Derikx. 34 jaar. Besloot tijdens haar specialisatie Maag-, Darm- en Leverarts een switch te maken. Momenteel is zij in opleiding tot Bedrijfsarts bij de Bedrijfspoli in Nijmegen. "Op een gegeven moment lukte het niet meer." >> [Switchen tijdens specialisatie.](#)



*"Op een gegeven moment lukte het niet meer."*

*- Monique Derikx*

#### Uit de medische wereld stappen

Marc Schreinemacher. 35 jaar. Werkte voorheen als vaatchirurg, en is nu managing director van een krijtgroeve. Van kalk uit de vaten, naar kalk uit de groeve. "Ik begon mij steeds vaker af te vragen in hoeverre ik binnen het ziekenhuis wilde blijven werken." >> [Uit de medische wereld stappen.](#)



*"Ik begon mij steeds vaker af te vragen in hoeverre ik binnen het ziekenhuis wilde blijven werken."*

*- Marc Schreinemacher*

#### Arts en samenwerkend ondernemer zijn

Margriet van Duinen. 46 jaar. Werkt als arts voor verstandelijk gehandicapten (AVG) in een zorginstelling en is daarnaast werkzaam als zelfstandig AVG bij Jouw Dokter. Margriet doet dit samen met medeoprichter Michiel Vermaak. "Alleen had ik het nooit gedaan." >> [Arts en samenwerkend ondernemer zijn.](#)



*"Alleen had ik het nooit gedaan."*

*- Margriet van Duinen, mede-oprichter van Jouw Dokter*

#### 50/50 keuze in plaats van academische loopbaan

Gerda Zeeman. 51 jaar. Verruilde 5 jaar geleden haar academische loopbaan voor een 50-50 combinatie van werken als gynaecoloog en coach voor medisch professionals. "Ik wilde graag meer leren over en betekenen in het (persoonlijk) leiderschap in organisaties." >> [50/50 keuze in plaats van academische loopbaan.](#)



*"Ik wilde graag nog meer leren over en betekenen in het (persoonlijk) leiderschap in organisaties."*

*- Gerda Zeeman, een 50-50 combinatie van werken als gynaecoloog en coach*

In de volgende editie van het Seizoensnieuws vragen we Bram Tjaden naar zijn ervaring met 'loopbaanverandering op je 64e'.

Als je naar aanleiding van dit artikel verder wilt praten over (het maken van) loopbaankeuzes, nodigen wij je van harte uit om [contact](#) op te nemen.

### Burn-out. Weten wat bij je past.

*In elke Seizoensnieuws publiceren we een artikel over burn-out (herkennen, voorkomen of genezen). Auteur Sandra Sanders is trainer en coach op het gebied*

### Herfstoverweging

Het loslaten van oud blad kan je leven meer kleur geven.

van stress- en burn-outklachten. Dit is het 4e artikel in de reeks.

Is dat wat je goed kunt automatisch wat goed bij je past en je energie geeft? Veel mensen zullen geneigd zijn te zeggen 'ja' of 'waarschijnlijk wel'. Maar je voelt het al aankomen: nee, dat is niet zo. Een voorbeeld. Een huisarts die zeer werd gewaardeerd door zijn patiënten, collega's en personeel verloor steeds meer energie. Onderzoek naar behoeften (drijfveren), talenten en competenties liet zien dat hoewel deze arts zijn werk goed deed, dit maar in beperkte mate overeenkwam met diens behoeften en natuurlijke talenten. Persoon en werk waren geen goede match. Iemand kan het best lang volhouden – zeker met een flinke portie doorzettingsvermogen – maar op den duur komt het niet goed. Houd je van focus en lang geconcentreerd werken (je behoefte), en je werkt in een omgeving die wordt gekenmerkt door veel schakelen en ad hoc activiteiten, dan vind je op dat punt niet waar je bij gedijt. Als behoeften en aard van het werk te sterk of op te veel punten uiteenlopen, ontstaat stress of zelfs uitval.



[Klik hier om het volledige artikel te lezen.](#) [Of lees eerdere publicaties.](#)

*Sandra Sanders, trainer & coach bij Touch.*

*Herken je stressklachten bij jezelf, of een medewerker, trek aan de bel. Het team van Touch staat voor je klaar en kan je helpen bij het voorkomen of herstellen van stress of burn-out. 06-55755299.*



## Touch en Doq

Wist je dat Touch ook redactionele bijdragen levert aan [Doq.nl](#)?

Voor wie doq niet kent: DOQ.nl is een online platform voor huisartsen, medisch specialisten en apothekers. Met je BIG-registratienummer kun je je gratis aanmelden en de artikelen lezen, en ook kun je vakinhoudelijke informatie ontvangen, toegespitst op je vakgebied. Alle artikelen die Touch aanlevert aan Doq zijn uiteraard ook te lezen op [onze website](#).

### Meer lezen?

Wil je eerdere edities van het [Seizoensnieuws](#) lezen?

En [andere publicaties](#)?


Of is er een onderwerp waar je meer over wilt lezen? Of vertellen? Laat het ons weten! Via [mail](#), of via social netwerk: [in](#) [t](#) [f](#).


De volgende Seizoensnieuws verschijnt 21 december 2018.




### Agenda uitgelicht:

 Training Hartvaardigheden, in Utrecht - [21 november 2018](#).

 Sollicitatietraining naar opleidingsplaats, [12 oktober 2018](#).

 Burn-out begeleiding, [datum in overleg](#). Start nu met de [test](#).

 Individuele coaching voor specialisten - [datum in overleg](#).

[--> ga naar volledige agenda](#)

Het seizoennieuws verschijnt vier keer per jaar. Daarin vind je informatie over actuele onderwerpen, trainingen, interviews en meer. Wens je geen nieuwsbrief meer te ontvangen, klik dan op [Afmelden](#) om je uit te schrijven.

Voel je vrij deze seizoennieuws met anderen te **delen**:



[touch-coaching.nl](#)

Powered by [acyMailing](#)