

“Geef de pen door” met Regine Stout

Beste collega's en andere lezers,

Via Katinka is de pen bij mij terecht gekomen, daarvoor bedankt Katinka.

Ik ben Regine (51) en al bijna 30 jaar fysiotherapeut. In 1991 heb ik mijn fysiotherapie opleiding afgerond in Rotterdam aan de toenmalige Hoge School Rotterdam & omstreken. Na mijn opleiding ben ik in Duitsland terecht gekomen, waar ik 4 jaar in een revalidatiecentrum heb gewerkt.

Bij terugkomst in Nederland ben ik in West-Brabant neergestreken om daar, samen met mijn toenmalige partner, die ook fysiotherapeut is en destijds in het leger werkzaam was, een fitnesscentrum te starten. Hier konden leden trainen onder fysiotherapeutische begeleiding. Daarnaast hield ik mij bezig met het geven van diverse groepslessen.

Na ongeveer 11 jaar heb ik Brabant verlaten en ben in de Haarlemmermeer terecht gekomen. Daar werk ik nu als psychosomatisch fysiotherapeut. Inmiddels ben ik verhuisd naar Noordwijk, vlak aan zee, waar ik samen met mijn partner (de kinderen hebben inmiddels het nest verlaten) en twee honden heel wat wandelingen door de duinen maak.

Momenteel werk ik 3 dagen in een eerste-lijns praktijk in Hoofddorp waar ik mij voornamelijk bezig houd met psychosomatische behandelingen. Mijn interesse ligt vooral op het gebied van spanningsgerelateerde klachten, zoals burn-out. Wat opvalt is dat er steeds meer jonge mensen (zelfs kinderen) bij mij komen met overbelasting van het stresssysteem. Het geeft enorme voldoening om deze doelgroep te helpen en handvatten aan te reiken. Ik werk graag met jongeren. Tijdens mijn opleiding psychosomatiek heb ik een half jaar, 1 dag in de week, een waarneming als eerstejaarsdocent voor de Bachelor opleiding Fysiotherapie op de HU gedaan. Lesgeven is een passie voor mij, echter er is ook zoveel nog te doen in het werkveld als PSF-er.

Sinds januari ben ik ook 1 dag in de week werkzaam in een praktijk in Noordwijk om daar psychosomatische fysiotherapie op te zetten. Voor mij is het belangrijk dat ik uitdaging blijf houden in mijn werk. Dat is tevens mijn valkuil. Soms vind ik het jammer dat er maar 7 dagen in een week zitten.

De reden dat ik, nu bijna 5 jaar geleden de Masteropleiding PSF ben gaan doen in Utrecht is dat ik binnen de praktijk steeds vaker de “moeilijke” puzzels van mijn collega's doorverwezen kreeg. Door de interesse in het brein en het gedrag, was ik in eerste instantie van plan iets van psychologie naast mijn werk als fysiotherapeut te gaan studeren. Echter het vak fysiotherapie is veel te boeiend om vaarwel te zeggen. De opleiding PSF sloot dus perfect aan bij mijn wensen.

Door te kiezen voor de Masteropleiding ben ik enorm in het diepe gegaan. 20 jaar geleden was niets “evidence based” en statistiek had ik nog nooit gehad. De opleiding heb ik als zeer leerzaam ervaren, niet alleen vakinhoudelijk maar ook persoonlijk heb ik een enorme groei doorgemaakt. Daarnaast heb ik hele mooie contacten aan de opleiding overgehouden.

Zodra ik kon heb ik mij aangesloten bij de NFP. Ik vind het belangrijk dat we met elkaar ons vak uitdragen. Een beroepsvereniging is daarbij een must. Het E-news lees ik iedere maand met veel plezier en zie, nu sta ik er zelf in.

Als ik in het bestuur zou zitten, wat zou ik aanpakken? Eerlijk gezegd ben ik geen type om in een bestuur te zitten, dus kijk ik naar waar ik zelf als PSF-er behoefte aan zou hebben. Het eerste wat in mij opkomt is een verbetering van de regionale samenwerking. Een goede sociale kaart en intercollegiale bijeenkomsten om casuïstiek en ervaringen uit te wisselen, Soort peer-feedback, groepen waar een ieder zich veilig voelt om zich open te stellen. Op deze manier wordt "verbinding" tastbaar in een kleine setting en dicht bij huis.

We hebben een fantastisch vak met elkaar en gelukkig komt er ook steeds meer bekendheid voor PSF. Samen staan we sterk. Het is belangrijk dat we elkaar weten te vinden, elkaar aanvullen en kennis met elkaar delen. Op deze manier wordt ons specialisme naar een hoger level getild!

Ik geef de pen graag door aan Cees Roggeband.