

2020: tijd om te investeren in je beroep?

Misschien is 2020 wel het jaar waarin je een steentje wil bijdragen aan de verdediging van het beroep dat je zo dierbaar is? Je syndicaal engageren betekent niet deelnemen aan eindeloze nachtelijke vergaderingen. De nieuwe generatie artsen maakt gebruik van de communicatietools van de 21e eeuw. En alles begint met kleine voornemens...

Begin januari maken we allemaal goede voornemens. De meeste geven we al op voor het einde van de maand omdat het ons aan motivatie ontbreekt. Er zijn boeken vol geschreven over hoe je goede voornemens ook kan waarmaken. Een aanrader in dat genre is 'Atomic Habbits' van James Clear (*).

Als we het over ons vak hebben, dat van arts, is het makkelijk om te kiezen voor vluchtige oplossingen van het genre:

- *"dit jaar neem ik tijd voor mezelf"*
- *"in 2020 reserveer ik twee uur per week om te sporten"*
- *"in mijn agenda zet ik genoeg pauzes om overboeking te vermijden"*
- *"Ik neem de tijd die nodig is voor al mijn patiënten"*
- *"vanaf dit jaar zet ik mij in voor de verdediging van mijn beroep, dat daar nood aan heeft... "*

Allemaal goed en wel, maar wanneer de tiende dringende oproep van de dag binnenkomt, heb je al je 'ongeplande' slots voor de week ingevuld en herbegin je te overboeken. Een week later moeten ook de twee uren sport eraan geloven, omdat je die arme man met zijn ischias niet nog eens een week zonder slaap kunt laten.

En je zou de tijd hebben uitgetrokken voor de mevrouw die depressief lijkt sinds haar man haar heeft verlaten, maar je loopt al een uur achter op je schema en de mensen in de wachtkamer worden ongeduldig. En dan hebben we het nog niet over je kind dat je voor half zeven in de crèche moet afhalen want *"nooit meer te laat in de crèche"* was ook één van je goede voornemens.

En bij dat alles zou je willen dat we ons investeren in de beroepsverdediging? Misschien in 2021... Kortom, het is niet eenvoudig als arts om alles te combineren. In ons beroep heeft mentale belasting, een modieus begrip, betrekking op het privéleven zowel als het professionele leven. Vrouwelijke noch mannelijke collega's blijven ervan gespaard.

Maar als we ons niet een beetje informeren, als we niet investeren in het verdedigen van ons beroep tegenover het beleid, riskeren we opgepeuzeld te worden en verliezen we in de nabije

toekomst de laatste vrijheden die ons nog resten: de vrije keuze van praktijk en onze klinische en therapeutische vrijheid. En laat dat nu net de reden zijn waarom de BVAS bestaat en jou nodig heeft!

En geef toe, zou het niet gewoon magnifiek zijn als voor het behartigen van onze professionele (en persoonlijke) belangen, er evenveel vrouwen als mannen waren om ons te vertegenwoordigen? Omdat iedereen zijn eigen touch heeft en omdat het belangrijk is dat het artseneroep wordt verdedigd door mensen van het terrein die weten waar ze het over hebben.

Ja, natuurlijk. Maar waar vind ik de tijd en de energie?

Wil je voornemens waarmaken, dan moeten ze haalbaar en realistisch zijn. Vandaar dat je best met kleine voornemens begint, die naargelang je interesses verder kunnen groeien. Zo voorkom je snel gedesillusioneerde te raken. Je zou kunnen beginnen door je lid te maken van een artsensyndicaat of een beroepsvereniging. Lees dan de persberichten en de nieuwsbrieven met het laatste nieuws over de toekomst van ons beroep. Misschien wil je op een gegeven moment een mailtje sturen om een idee of een voorstel te delen?

Zo leer je wie welke ideeën verdedigt en voor wie je best kunt stemmen als bijvoorbeeld het RIZIV de medisch-syndicale verkiezingen organiseert. Het wordt dan ook duidelijker waarom je als arts überhaupt je stem moet uitbrengen.

Je investering in de beroepsverdediging kan daar stoppen, en dat is al veel, maar je kunt er ook voor kiezen om een stapje verder te gaan: deelnemen aan symposia en debatten die we organiseren, een actief lid worden, naar vergaderingen gaan, jezelf aanbieden als bestuurslid van de afdeling in je provincie, enzovoort. De volgende stap is de BVAS vertegenwoordigen in nationale of regionale overlegcommissies en adviesraden.

Laten we een misverstand uit de weg ruimen: je investeren in je beroepsverdediging betekent niet deelnemen aan eindeloze nachtelijke vergaderingen. De nieuwe generatie artsen kan gebruik maken van de communicatiemiddelen en technologie van de 21ste eeuw. Ik zal heel blij zijn als ik mijn hologram naar vergaderingen kan sturen :-)

Kortom, ongeacht je leeftijd, geslacht, vaardigheden of specialisatie, er is een plek waar je je kan inzetten voor de toekomst van je beroep. En weet je niet waar te beginnen, aarzel dan niet om het te vragen aan meer ervaren collega's. Bij de BVAS staan we klaar om je vragen te beantwoorden en je te ondersteunen in dit proces.

Dr. Sylvie Geurts en Dr. Caroline Depuydt

*James Clear: 'Atomic Habbits: tiny changes, remarkable results'. Vertaald als 'Elementaire gewoontes: kleine veranderingen, groot resultaat'.

KADERSTUK:

Neem mee de toekomst van je beroep in handen en contacteer ons via:

- Sylvie Geurts: Sylvie.geurts@laposte.net
- Peter Backx (communicatie BVAS): peter.backx@absym-bvas.be