

Inspiratie Iustrum Leading Doctors

Tijdens de masterclass voor het Iustrum van Leading Doctors hebben we deelnemers gevraagd om te delen wat hen inspireert. Hieronder tref je de uiteenlopende antwoorden die mensen gaven. We hebben het gebundeld in DOEN, ROLMODELLEN, LEZEN, LUISTEREN en KIJKEN. Dank voor het delen van de inspiratie en we hopen dat deze bundeling jou weer inspireert!

DOEN

Een bezoek aan een ander ziekenhuis	Nieuwe ideeën, enthousiasme van andere mensen, zien hoe het ook (anders) kan
Het 'inchecken' van mens tot mens aan het begin van je dienst, vooral gericht op medemenselijkheid en elkaar op die manier zien	Dat je niet enkel dokter, maar ook mens bent
Goed werkgeverschap met een gezonde lunch	Teamgeest bevorderend, moment van rust en reflectie, niet boterham achter compu en door
Kampvuorgesprekken met vrienden of onbekenden	Op een dieper level begrijpen wat mensen drijft en bepaalde verbanden in gedrag te zien. Ook om van mensen te horen hoe ze hun leven inrichten.
Mensen in beweging brengen	De langdurige effecten van gezondheid en bereiken van doelen, bijvoorbeeld door http://Www.sportensupport.nl
Voorleven en aansluiten	De ander zien.
Rolmodellen bevragen en soms een beetje nadoen	Je ziet waar je naartoe wil groeien en krijgt richting in je zoektocht hier naartoe. Gaande weg verandert soms je beeld en kan je je zo ontwikkelen dat het helemaal 'eigen' wordt.
Pelgrimeren	Elke dag open staan voor wat er op je pad komt... je hoeft niet zoveel "te doen". Alleen open te staan voor wat er is. Jouw weg te lopen.
Wie zit hier tegenover me? Hoe ziet diegene zichzelf? Wat is belangrijk voor hem of haar?	Door de patient beter te leren kennen kan je beter afstemmen wat de patient nodig heeft en of jij dat wel moet of kan bieden. Verder kijken dan het medisch domein maakt het werk niet alleen leuker maar kan ook zorgen dat we niet altijd vanuit de overbelaste zorgsector dingen inzetten maar dat bepaalde mensen veel meer hebben uit inzet vanuit sociale domein. Dit helpt mij.

ROLMODELLEN

Groei Veerkracht Nelson Mandela	dat er altijd mogelijkheden zijn als je er oog voor hebt
Mijn moeder die haar baan heeft opgezegd	Niet blijven hangen, durven dromen en dan ook doen, het onbekende verkiezen boven een middelmatige realiteit
De drijfveren van mensen: waarom doe je wat je doet? Passie, toewijding	Hierdoor krijg je meer inzicht in mogelijkheden om samenwerkingen verder te ontwikkelen
Kamp van Koningsbrugge	Een mens kan/je kunt zoveel méér dan je vaak denkt
Mijn zus die humanistisch raadvrouw is in een verzorgingshuis in de Bijlmer	Haar onvoorwaardelijke steun en respect voor iedereen
Mijn werkgever, die uitstraalt dat werkplezier even belangrijk is als prestaties of organisatie. Die een cultuur creëert waarin innoveren de standaard is.	Het zet me aan tot verder gaan dan ik alleen zou doen, het geeft positieve energie en stimuleert tot ontwikkelen.
Dat patiënten mij kunnen blijven verrassen!!	Zoveel leuke/ bijzondere anekdotes, als je soms al eens twijfelt over het huisartsenvak dan maakt dat eigenlijk alles weer goed!!
Roos Schlikker	Mooie levenslessen vanuit een nuchtere blik, vaak ook (medische) taboes
Zon, natuur, bergen, en mijn kinderen (en Leading Doctors) !	Alles heeft opbeurende werking, enthousiasmerend, geeft energie
Mijn gesprek zojuist: 'er is geen waarom'	Het lucht op, zet aan tot nadenken, zet aan tot een andere manier van denken
Mensen zien aangaan/ ontvlammen/ in beweging komen (qua gedrag)	Het gevoel dat mensen dichterbij komen wat voor hen echt belangrijk is.
Echtheid	Echtheid is verbindend waarachtig helend en kan hierdoor een krachtig (het krachtigste) middel zijn in transformatie
Goede samenwerking	als het ondanks spanning toch lukt een kort lichamelijk onderzoek bij een patiënt te doen
Zonder te slijmen, Leading Doctors (Heleen en Claire) jullie zijn enorm inspirerend.	Vaak heb ik me ook verbaasd over omgang en problemen in de zorg. Voor mij voelt dit als een containerschip dat niet van koers te brengen is. Jullie durven het aan om te proberen hier toch mee aan de slag te gaan, hoe onmogelijk deze opdracht misschien ook mag lijken.

De kruispost	Hands on, doen wat er moet gebeuren, rechtvaardig zonder aanzien des persoon, divers, mega enthousiast team
'Ontvang wat je krijgt, geef door wat je eigen is, er is geen waarom ' Nand Cuvelier	Omarm wat er is en wat echt kan komen . De waarom vraag is niet helpend. Wel waar verbind ik me mee en wat geeft mij Power.
Mensen die open staan en durven te doen	Er levert vaak mooier resultaat
De groene zorg alliantie	Hoe dit tot stand is gekomen van kleine verdeelde groepjes die allemaal de zorg groener wilden maken tot een grote organisatie die impact heeft en een jaarlijks festival organiseert.
Annelien Bredenoord, nog meer n.a.v. recent artikel in FD	Ze doet waar ze voor staat, eigenzinnig, nuchter, positief, bescheiden. Met echt kennis. En haar omschrijving van hoe zij haar leven vormgeeft geeft mij dan weer nieuwe inzichten over hoe los te komen van mijn eigen traditionele, toch wel tikkeltje conservatieve, ideeën.

LEZEN

Urban sketching in leersituatie	Echt kijken! Niet oordelen. Niet gummen maar gewoon nieuwe lijn zetten. Weer leerling zijn.
Boeken van Griet op de Beeck	De zwaarte van het leven beschrijven, voelen, ervaren; en daardoor ook het vrolijke, lichte en fijne kunnen zien en waarderen
Boeken. Steven Covey 7 habits of highly effective people. Leiderschap voor oudste dochters, Aike borghuis	Herkenbaar, praktische adviezen
The artist way van Julia Cameron	
Boek: Gekaapt door het kapitaal . door Mirjam de Rijk	Dwingt om alternatieven te bedenken
Kunst - dichtvorm	Het verbindt toch mensen vanuit verschillende invalshoeken én zorgt ervoor dat iedereen zich gehoord kan voelen. Het kan inclusief zijn en zorgt voor verwondering.

Jip en Janneke	Kinderlijke wijsheid inbrengen. Het is soms goed om terug te gaan naar de kinderlijke puurheid. Om zaken wat simpeler te benaderen. Het legt vaak een nieuw perspectief en daarmee een nieuw energieveld open.
Biografie van Elisabeth Kubler-Ross	Ongelofelijk bijzonder mens die baanbrekend werk heeft verricht en daarmee een wereldwijde cultuurverandering voor begeleiding van stervenden heeft geïnitieerd
Boeken en in het bijzonder Citroeninkt van Maral Noshad Sharifi	Ik leer van romans vaak meer dan van non-fictie. Over menselijke onderwerpen krijg ik vaak meer mee via een pakkend verhaal.
Het boek ' de fontein, vind je plek '	Inzicht in familiesysteem en relaties
David Graeber/Wenger. Het begin van alles.	Zet vraagtekens bij de orde van onze huidige maatschappij op zeer overtuigende wijze.
Eva edith Eger De keuze	Je kunt altijd bij je eigen gedachten blijven
Boek Educated Tara Westwood	je kan je leven richting geven, ook als alles tegen werkt
Nieuw boek de burn-out reset	Stresssysteem en de invloed daarvan op ons lichaam en dus op alle ziektes zouden juist wij als dokter mee mee moeten nemen richting onszelf en richting patiënten
Het boek de Alchemist van Paolo Coelho. Mensen die hun eigen pad durven te volgen en luisteren naar hun hart/ zichzelf zijn.	Omdat dat denk ik maakt dat je in je kracht staat en dat ook uitstraalt. Het is kwetsbaar en heel sterk tegelijkertijd.
De bijbel	Naasteliefde, dienstbaarheid, ander liefhebben als jezelf
Uit boek De jongen , de mol , de vos en het paard . " ik ben zo klein , zei de mol " Ja zei de jongen, maar je maakt een groot verschil!	Zo simpel en zo lief en helder.
De boeken van Gabor Maté zoals Myth of Normal of When the Body says No	Zijn inzichten helpen me in mijn werk. Gabor Maté is een Canadees huisarts np met ervaring in verslavingszorg, palliatieve zorg en deelt inzichten over psycho trauma en de gevolgen daarvan op de gezondheid.

LUISTEREN

In de aanloop naar het lustrum vond ik een radio-interview met Jitske Kramer wat me weer verder inspireerde. Over de huidige tijd en over liminaliteit, Tricky Tijden	Het helpt mij woorden en duiding te geven over wat er nu speelt in de wereld, leert me hoe een antropoloog naar de wereld kan kijken. Ik denk dat dit ook inspirerend voor anderen kan zijn
Dit interview nav het nieuwe boek Nexus van Yuval Harari (auteur van Sapiens, Homo Deus).	In dit interview een quote die mij aan het nadenken heeft gezet: "the battle for the algorithms will not be for attention anymore but for intimacy. AI will be able to produce intimacy at scale"
Podcast ' Verlossende woorden '	Dode tijd in de auto heel nuttig besteden. Dit is een podcast met nieuwe perspectieven op uiteenlopende medische aandoeningen.
Mensen die hun passie volgen, zonder money driven denken	De bevoegenheid en inzet voor medemens, bijvoorbeeld deze chirurg in Bangladesh (podcast)

KIJKEN

Stella Young tedtalk	Totaal ontwapenend een heel ander perspectief op handicaps
Verhalen (boeken en films)	Geven nieuwe inzichten, relativieren, troosten. Bijv film Maria Montessori
Kunst waarnemen	Je ziet beter door kijken naar kunst, je traint perspectivistische lenigheid met visual thinking strategy .