

HET NEDERLANDS INSTITUUT VAN PSYCHOLOGEN IS DE GROOTSTE BEROEPSVERENIGING VAN PSYCHOLOGEN, HOUDT DE ONTWIKKELING VAN HET VAKGEBIED IN HET OOG EN BEHARTIGT DE BELANGEN VAN PSYCHOLOGEN DOOR TE ZORGEN DAT ZIJ GEHOORD EN GEZIEN WORDEN BIJ ALLE PARTIJEN DIE ERTOE DOEN. IEDERE MAAND LEGGEN WE VERSCHILLENDE BETROKKEN NIP-LEDEN EN NIP-MEDEWERKERS EEN VRAAG VOOR: **WAT HOUDT U ZOAL BEZIG EN WAT MERKT U VAN HET NIP?** EEN KIJKJE IN ONS BREDE EN DIVERSE VAK!



## ONDERVINDINGEN – MARIEKE ROOZE

In deze rubriek deelt een lid van de ledenraad zijn of haar ervaringen. In 2021 vinden de verkiezingen voor een nieuwe raad plaats. Meer weten? Kijk op [psynip.nl/ledenraad/](https://psynip.nl/ledenraad/).

'Vier jaar geleden werd ik als student lid van het NIP. Ik studeerde arbeids- en organisatiepsychologie en sociale psychologie en was trainer bij het Trainersbureau van SPS-NIP. Samen met andere SPS-NIP-leden gaf ik trainingen aan psychologiestudenten door heel het land over sollicitatieprocedures. Ik vond dat belangrijk om te doen, omdat universiteiten daar nauwelijks aandacht aan besteden. Terwijl je als psychologiestudent wel vaak te horen krijgt dat het straks moeilijk wordt op de arbeidsmarkt. Het NIP gaf mij de kans als student iets te betekenen voor mijn medestudenten. Inmiddels heb ik mijn master bedrijfskunde afgerond.

Ik meldde me voor de ledenraad van het NIP omdat ik ook iets wilde doen voor de psychologie in het algemeen. Ik merkte soms dat anderen mij niet zo serieus nemen als ik vertelde dat ik psychologie studeerde. Terwijl een gezonde psyche zo belangrijk is, al helemaal tijdens bijvoorbeeld de coronacrisis. Experts op het gebied van psychologie worden in maatschappelijke discussies ook niet altijd serieus genomen. Het NIP speelt in het verbeteren hiervan een belangrijke rol. Bijvoorbeeld door psychologen aan te

moedigen in de media op te treden, of door te praten met de overheid over de aanpak van de coronacrisis.

Het was spannend in de ledenraad te stappen. En ook om als student minder ervaring te hebben dan andere leden. Ik was bang niet serieus genomen te worden, maar niets bleek minder waar! Iedere mening telde. Juist mijn visie als student over bijvoorbeeld de universiteit en de opleiding vonden de andere leden waardevol. En het was fijn om met allemaal psychologen samen te werken, die geven opbouwende feedback en weten waar het om gaat, namelijk mensen.

In de ledenraad zitten psychologen met verschillende achtergronden, dus er komen verschillende visies samen. Vaak zijn de leden van de raad het met elkaar eens, maar heeft iedereen net weer andere kennis over het onderwerp. Dat is leerzaam. En ik merk dat iedereen in de raad veel passie en liefde heeft voor het vak.

Toen ik in 2018 in de ledenraad stapte, wilde ik graag in ieder geval de stem van de

student laten horen. Ik denk dat die stem goed gehoord is en dat het NIP die verwerkt in zijn jaarplannen en visies. Ik ben trots op het NIP als organisatie en trots op alle leden. Iedereen werkt ontzettend hard en gaat lastige gesprekken niet uit de weg.

Het is altijd leuk om met de ledenraad samen te komen. Vooral mijn allereerste vergadering was fijn. We gingen samen eten en hadden direct persoonlijke gesprekken.

Als afgevaardigde in de ledenraad is het jouw taak om kritisch te zijn, dat is vooral heel leuk. Wat hebben de leden van het NIP aan de keuzes die gemaakt worden? Soms moest ik flinke stukken tekst lezen. Te kritisch zijn bestaat eigenlijk niet als je lid bent van de ledenraad. Het politieke spel waar het NIP mee te maken heeft, vond ik trouwens ook interessant. Hoe zorg je er als vereniging bijvoorbeeld voor dat er meer werkervaringsplekken voor startende psychologen zijn? Met wie of wat moet je daarvoor samenwerken? En wanneer? Als lid in de ledenraad krijg je een kijkje achter de schermen. Ik vond het een geweldige ervaring om er plaats te mogen nemen!



ZO MOEDER, ZO DOCHTER

# 'Als mijn moeder ergens mee zit, zitten wij er ook mee'

Hoe is de band tussen familieleden die beiden als psycholoog werken? Het NIP laat moeders, dochters, vaders en zonen aan het woord over hun gespreksstof, relatie en familiedynamiek. In deze editie: moeder Inge en dochter Marit.

**Z**owel Inge als Marit werkt in de gezondheidszorg en heeft ervaring met kinderen en volwassenen. Inge is gz-psychooloog in het ziekenhuis en zelfstandig gedragswetenschapper. Marit is psycholoog in opleiding tot gz-psychooloog bij Aalsterveld Psychologen. En binnen het gezin, met nog twee kinderen, zit ook de vader in het werkveld: hij is hoogleraar Arbeids- en organisatiepsychologie. Inge en haar man ontmoetten elkaar bovendien op de werkvloer.

'Vroeger dacht ik dat mijn moeder kinderen hielp door leuke spelletjes met ze te spelen', zegt Marit. 'Dat klopte natuurlijk niet helemaal. Maar omdat mijn ouders beiden als psycholoog werkten, en ook in een andere richting, wist ik uiteindelijk wel goed wat de studie psychologie inhield en dat je er zo veel kanten mee op kunt.' Haar twee broers studeerden wiskunde en natuurkunde. Inge: 'Vooral de jongste vond het niet zo creatief net als zijn ouders psychologie te gaan studeren.'

## Praten jullie met het gezin veel over psychologie?

**Inge:** 'Marit en ik zijn wel geneigd veel te vertellen over wat we in ons werk meemaken. Ook omdat het mensenwerk is. Soms móet je gewoon iets kwijt, bijvoorbeeld als een verhaal van een cliënt je heel erg raakt.'

**Marit:** 'Mijn vriend werkt in de technische hoek en het viel hem op dat wij alle twee altijd maar willen praten over onze cliënten en wat we meemaken op het werk. Terwijl hij daar helemaal geen behoefte aan heeft.'

**Inge:** 'Onze andere kinderen vertellen ook wel eens iets over het werk, maar dat is meestal niet zo inhoudelijk. Mijn indruk is dat je over mensen toch meer kunt vertellen.'

**Marit:** 'Meestal houdt de rest van het gezin zich er een beetje buiten als wij samen over het werk praten, al heeft mijn vader wel vaak ergens een mening over. Ik volgde bijvoorbeeld laatst een cursus schematherapie. Ik vraag dan aan mijn moeder of ze dat kent en hoe ze het gebruikt. Mijn vader vraagt zich dan af of die therapie wel wetenschappelijk gefundeerd is en dan gaat hij de theorie erachter uitpluizen, allemaal artikelen opzoeken. Dus dan wordt het meer een discussie.'

**MARIT:**

*'Soms vind ik het lastig als mensen denken dat ik veel aan mijn moeder te danken heb, wat betreft werk'*

## Vragen jullie elkaar wel eens om raad of advies?

**Marit:** 'Ja af en toe wel hoor. Ik probeer het wel zoveel mogelijk eerst aan collega's te vragen.'

**Inge:** 'Ik lees weleens een onderzoek of artikel en dan ben ik benieuwd wat Marit ervan denkt. Als ik het niet met de conclusie eens ben bijvoorbeeld, vraag ik me af of het aan mijn leeftijd ligt, of aan mijzelf. Dan leg ik dat even bij haar neer.'

'En het is fijn om mijn verhaal bij haar kwijt te kunnen. Ik weet dat Marit dat wel een beetje zal begrijpen. Mijn man zit daar lang niet altijd op te wachten. Soms zegt hij: "Bel Marit maar, dit moet je echt even met haar bespreken." Soms gaat het ook over nieuwe

projecten, en of ik daar wel aan moet beginnen. Ik vind veel dingen leuk en dat maakt het moeilijk keuzes te maken. Omdat Marit meer in mijn werkveld zit, snapt ze beter wat het werk aantrekkelijk maakt en waarom het aantrekkelijk is om een project op te pakken.'

**INGE:**

*'Mijn indruk is dat je over mensen toch meer kunt vertellen'*

**Marit:** 'Mijn vader vindt het voor mijn moeder niet altijd een goed idee om er een project bij te doen. Ook omdat ze bij sommige projecten heftige verhalen mee naar huis neemt en er niet goed van slaapt. En als zij ermee zit, zitten wij er vervolgens ook mee. Dus ik vind het ook niet altijd een goed plan er nog iets bij te doen. Dan hebben we het erover, en stel ik voor om iets leuks of ontspannends als yoga te gaan doen, in plaats van meer te werken. Maar daar wordt niet altijd naar geluisterd hoor.'

## Is het soms lastig om beiden als psycholoog te werken?

**Marit:** 'Meestal niet. Soms vind ik het lastig als mensen denken dat ik veel aan mijn moeder te danken heb, wat betreft werk. Bijvoorbeeld dat mijn moeder via haar netwerk mij aan mijn baan geholpen heeft. Ik krijg daar weleens vragen over.'

**Inge:** 'Maar ze heeft het volledig op eigen kracht gedaan.'  
**Marit:** 'Er was denk ik één keer een bijbaantje dat ik via jou, via via, ben gaan doen. Verder niet.'

**Inge:** 'Het enige dat ik soms moeilijk vind voor mijn kinderen is dat hun vader hoogleraar is en ik ook ben gepromoveerd. Dat heeft niet zo veel met psychologie te maken, maar ik hoop niet dat het een te hoge druk op hen legt. Of dat ze zich minder voelen als ze dat niet doen. Ik hoop ook niet dat Marit het gevoel heeft met psychologie verder te moeten omdat haar beide ouders daarin werken. Al heeft ze alles tot nu toe vanwege intrinsieke motivatie gedaan, en ook haar eigen richting binnen de psychologie gekozen.'

Ken of ben je zelf een psycholoog met nog een psycholoog in de familie, en lijkt het je leuk daarover te vertellen? Laat het ons weten via [communicatie@psynip.nl](mailto:communicatie@psynip.nl).

# De helft op kantoor, de helft thuis: hoe moeten we hybride werken?

Videobellend verlopen gesprekken soms moeizaam. Een cliënt zegt weinig waardoor jij meer en meer praat. Of tijdens een teamoverleg wacht iedereen af en nemen steeds dezelfde collega's het woord.

## De toekomst is hybride

Vanwege corona is Nederland plots online gaan werken. Gesprekken, vergaderingen, trainingen... Met wisselend succes werd alles omgezet naar videobellen en dat blijft nog even zo. Thuiswerken zorgt voor meer flexibiliteit, je kunt moeiteloos een driegesprek houden met bijvoorbeeld je leidinggevende of een ouder online. Voor mensen met een fysieke beperking wordt het makkelijker om bij elk overleg te zijn, los van of die locatie toegankelijk is. We werken dus vaker online én hybride: sommigen in de zaal, anderen online. De volgende tips kunnen je helpen om online te zorgen voor interactie en diepgang.

### 1. Maak juist gebruik van het feit dat iemand thuiszit

Laat een huisgenoot (met toestemming) even kort deelnemen om de plannen van een cliënt te bespreken, zoals exposure-oefeningen. Vraag een teamlid om een voorwerp te pakken dat symbool staat voor de gewenste verandering. Of vraag je cliënt te laten zien op welke manier hij thuis probeert te ontspannen, bijvoorbeeld door een activiteit, houding of plek te tonen.

### 2. Zorg in een teamoverleg voor een duidelijke agenda én maak gebruik van de technische mogelijkheden

Als iemand bijvoorbeeld een vraag inbrengt, kun je als team eerst

een paar minuten in stilte verdiepende vragen of suggesties delen via de chat. Zo kan iedereen tegelijkertijd actief meedoen, in plaats van één spreker. Of gebruik een gedeelde whiteboard-functie waar je plenair de argumenten voor en tegen opschrijft. Zo weet iedereen wat er al gezegd is en voorkom je herhaling.

### 3. Let op de energie: maak het functioneel én leuk

Sommige mensen houden van komische energizers, zoals Pictionary op een gedeeld whiteboard of 'zoom-verstopperij'. De facilitator noemt dan een getal en de groep moet zorgen dat er precies zoveel mensen in beeld zijn, maar als je onder je bureau uit beeld bent zie je niet of dat al gelukt is. Ook als je daar niet van bent, is energie belangrijk. Een andere manier om de energie erin te houden is je team verdelen in breakout rooms voor meer interactie. Of doe een overleg eens zonder beeld, zodat je niet continu op het scherm hoeft te focussen. Stel dan direct voor om dat telefoongesprek al wandelend te voeren. Of doe halverwege een meeting een fysieke oefening.

## Verder leren door experimenteren

Online en hybride werken hebben nadelen, maar bieden ook kansen. Maak het voor jezelf leuk, interessant en nuttig. Kijk wanneer je liever offline samenkomt en experimenteer met de online mogelijkheden. Probeer en leer!

Door: *Matthijs Steeneveld*

**Matthijs Steeneveld** is zelfstandig trainer, adviseur, opleider, auteur en NIP-lid. Hij heeft jaren gewerkt als therapeut en schreef boeken over psychologisch kapitaal en appreciative inquiry. Onlangs verscheen zijn boek *Hybride: hoe je interactieve bijeenkomsten organiseert*. Van vergadering tot training, online en offline.

