



'Ik ben er haast vanzelf ingerold'

Halverwege vorig jaar rondde Thirza van der Stel als eerste AIOS de A-opleiding tot psychiater af. Ze werkte al langer met plezier bij Emergis eetstoornissen. Waarom koos ze voor deze opleiding? Hoe waren haar ervaringen? Hoe bevalt Emergis?

Tien jaar geleden had ze niet gedacht dat ze psychiater zou worden, vertelt Thirza van der Stel. Tijdens haar studie geneeskunde in Leiden liep ze een aantal coschappen, en laat nou net die voor psychiatrie, bij een instelling in Voorschoten, voor haar een teleurstelling zijn. De patiënten waren onbereikbaar, reageerden nauwelijks op haar interventies. "Misschien zou ik het nu anders zien en wél meer kleine ontwikkelingsstappen ontdekken", zegt ze. "Maar tóen dacht ik: oh nee, dít wordt 'm niet." Toch is ze er haast vanzelf ingerold, lacht ze. Aanvankelijk dacht ze huisarts te worden in een dynamische groepspraktijk. Maar toen ze via een baan als basisarts in het Adrz in Vlissingen in aanraking kwam met de toen nog daar gevestigde POP-poli (Psychiatrie, Obstetrie (verloskunde), Pediatrie (kindergeneeskunde)) vond ze dat enorm interessant: "Ik zag nieuwe kanten van de psychiatrie, en hierdoor groeide mijn enthousiasme."

Blijven hangen

Ze startte met de opleiding tot psychiater in april 2018 in GGZ Westelijk Noord-Brabant (GGZ WNB). In februari 2022 stapte ze over naar Emergis: "Normaalgesproken duurt het traject 4,5 jaar, maar bij mij werd dit iets langer." Want naast een parttime dienstverband ging ze twee keer met zwangerschapsverlof; haar beide kinderen werden geboren. "Opeens had ik niet meer alle tijd voor mezelf. Dat was wel even zoeken, hoe pakte ik dat het beste aan? Ze hebben me geholpen met prioriteiten stellen. Wanneer ik thuis ben, ben ik er voor hén."

Eigenlijk is ze gewoon blijven hangen in een team met fijne collega's, zegt ze. Dat ze oorspronkelijk uit de regio komt, helpt natuurlijk ook. En de brede problematiek van de POP-poli spreekt haar aan. "Het heeft veel somatische raakvlakken. De dames, zwanger of net bevallen, zijn gemotiveerd; ze doen

het niet alleen voor zichzelf, maar ook voor hun kindje. Bij eetstoornissen vind je die brede problematiek in combinatie met somatiek evenzo. Zeker als mensen anorectisch zijn; naast gesprekken en therapieën over de lat hoog leggen en perfectionisme, ondersteun je hen lichamelijk."

Leren evalueren

Tijdens de opleiding gingen ze met elkaar de verdieping in. Maar het veelvuldig evalueren moest ze leren. "Lastig dat het móest: hoe heb ik het gedaan, ging het goed, wat kan anders?" Soms werd ze er onzeker van. "Buiten zo'n setting functioneer ik beter heb ik wel eens gezegd." Maar met zo'n hechte groep optrekken stimuleert wel. "Ik kan het aanbevelen. Het vakgebied is zo divers, zo breed - je bent met de héle mens bezig. Na de verplichte basis kies je voor de richting die jouw interesse heeft. Vanwege het landelijk tekort aan psychiaters heb je het werk ook in eigen hand: je kunt de baan creëren waar je elke dag met plezier naartoe gaat".



Thirza van der Stel

**#persoonlijkeiderschap #green
#gezondetekomst**