

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 52 (2016)  
**Heft:** 4

**Artikel:** José van der Hoef : Teilhaberin an einer grossen Gesundheitspraxis =  
José van der Hoef : associée d'un important cabinet de santé  
**Autor:** Hoef, José van der  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-928705>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## José van der Hoef – Teilhaberin an einer grossen Gesundheitspraxis

José van der Hoef – associée d'un  
important cabinet de santé



### **Weshalb wurden Sie Physiotherapeutin? Wann und wo haben Sie die Berufsausbildung absolviert?**

Mit 16 Jahren habe ich aktiv Volleyball gespielt und unser Trainer war Physiotherapeut. Er hat uns sowohl sportlich als sportphysiotherapeutisch betreut und mich für den Beruf begeistert.

Die Ausbildung habe ich 1978–1982 an der Physiotherapieschule Koolen in Heerlen (Niederlande) gemacht.

### **Wie sind Sie zu Ihrer jetzigen Position gekommen? Welche beruflichen Stationen haben dazu geführt?**

Nach meinem Diplom habe ich fünf Jahre als Angestellte in einer kleinen holländischen Praxis gearbeitet. 1987 konnten mein damaliger Partner, der auch Physiotherapeut war, und ich in unserer Heimatstadt eine Praxis übernehmen. Nach der Scheidung 1995 bin ich in die Schweiz gekommen, um eine neue Herausforderung zu suchen. Nach sieben Jahren als leitende Physiotherapeutin von einem kleinen Team in einer Praxis in Luzern wurde ich angefragt, ob ich Lust hätte, mich an der noch jungen Gesundheitspraxis zu beteiligen. Ich habe zugesagt und mich eingekauft.

### **Wussten Sie schon immer, dass Sie in diese Richtung wollten?**

Von meiner Persönlichkeit her bin ich schon ein Mensch, der gerne Verantwortung und Führung übernimmt. Auch Organisieren habe ich immer gerne gemacht. Ich war im Gymnasium schon Klassensprecherin.

### **Welche Aus-/Weiterbildungen brauchte es dazu?**

Neben den physiotherapeutischen Weiterbildungen habe ich mich immer für Kommunikation und Führung interessiert. Auch zu den psychologischen und spirituellen Richtungen

### **Pourquoi êtes-vous devenue physiothérapeute? Où et quand avez-vous réalisé votre formation professionnelle?**

À 16 ans, je faisais du volleyball et notre entraîneur était physiothérapeute. Il nous accompagnait autant au niveau sportif que physiothérapeutique et il a éveillé mon intérêt pour la profession.

J'ai effectué une formation à l'école de physiothérapie de Koolen, à Heerlen (Pays-Bas) de 1978 à 1982.

### **Quel a été votre parcours avant d'occuper votre poste actuel?**

Après l'obtention de mon diplôme, j'ai travaillé pendant cinq ans en tant qu'employée dans un petit cabinet néerlandais. En 1987, j'ai pu reprendre un cabinet avec mon partenaire de l'époque, qui était également physiothérapeute, dans notre ville natale. Suite à mon divorce en 1995, je suis venue en Suisse pour m'atteler à un nouveau défi. Après sept ans en tant que physiothérapeute-chef d'une petite équipe dans un cabinet à Lucerne, on m'a proposé de m'associer à ce cabinet encore jeune. J'ai dit oui et j'ai acheté ma part.

### **Avez-vous toujours su que vous souhaitiez vous engager dans cette voie?**

J'ai toujours aimé la gestion et les responsabilités. Par ailleurs, l'organisation m'a aussi toujours plu. J'étais déjà déléguée de classe au lycée.

### **Quelles formations avez-vous dû suivre?**

En plus des formations continues en physiothérapie, je me suis toujours intéressée à la communication et à la gestion. La psychologie et la spiritualité m'ont aussi toujours attirée. Aujourd'hui, je suis spécialisée en rééducation pulmonaire et

habe ich mich immer wieder angezogen gefühlt. So bin ich heute ambulante pulmonale Rehabilitationstherapeutin und habe unter anderem eine Ausbildung in körperzentrierter psychotherapeutischer Beratung IKP<sup>1</sup>, Akupunktur und Qigong.

**Wie sieht Ihr Berufsalltag aus?**

Ich arbeite vier Tage in der Praxis (70 %) mit Patienten und Gruppen und reserviere einen Tag in der Woche für Personelles und Führungsaufgaben. In der Praxis arbeite ich mit dem Praxisteam in den gleichen Räumlichkeiten und verbringe auch gerne Zeit in unserem Aufenthaltsraum, um mit dem Team zusammen zu sein.

**Was macht Ihnen im Arbeitsalltag am meisten Freude?**

Die Gruppendynamik und zwischenmenschliche Beziehungen.

**Was sind die grössten Herausforderungen?**

Ein gutes Zeitmanagement, Rücksicht auf mich selber zu nehmen und den Praxisausgang rechtzeitig finden.

**Was sind die für Sie persönlich eher negativen Seiten?**

Unerwartete Störungen durch Mitarbeiteranliegen haben den Vorrang, und dies in einem vollen Patientenalltag. Manchmal kann ich dann nur noch schwierig den Kopf frei machen und bin vielleicht nicht ganz für den Patienten da.

**Wie würden Sie Ihre heutige Berufsidentität umschreiben, was hat Sie geprägt?**

Ich sehe mich als ganzheitliche Therapeutin mit den Wurzeln in der Physiotherapie. Dazu bin ich gerne eine Netzwerkerin und sehr interdisziplinär interessiert und engagiert.

**Haben Sie berufliche Vorbilder?**

Nicht so sehr physiotherapiespezifisch, aber am IKP in Zürich hatte ich das Privileg, mit hochkarätigen Dozenten und Supervisoren zu arbeiten, die mich mit ihrer authentischen Art im persönlichen Umgang und im Kommunizieren sehr beeindruckt haben. Dazu braucht es viel Selbstkenntnis und Reflexion.

**Engagieren Sie sich zusätzlich in Gremien, Vorständen, Verbänden? War oder ist das für Ihre jetzige Stelle bedeutend?**

Ich war schon immer irgendwo in einem Verein und habe

<sup>1</sup> IKP: Institut für Körperzentrierte Psychotherapie in Zürich.

j'ai notamment suivi des formations d'acupuncture, de Qi Gong ainsi qu'en consultation psychothérapeutique centrée sur le corps (IKP)<sup>1</sup>.

**Comment décririez-vous votre quotidien professionnel?**

Je travaille quatre jours par semaine au cabinet (70 %), où je m'occupe de patients et de différents groupes; je réserve un jour pour les tâches liées au personnel et à la direction. Au cabinet, je partage les locaux avec l'équipe et j'aime beaucoup passer du temps avec mes collaborateurs dans notre salle de séjour.

**Quelles sont les tâches qui vous procurent le plus grand sentiment de satisfaction?**

La dynamique de groupe et les relations interpersonnelles.

**Quels sont vos plus grands défis?**

Bien gérer mon temps, ne pas me surmener et éviter de quitter le cabinet trop tard.

**Quels sont pour vous les aspects qui sont les plus négatifs?**

Les perturbations imprévues dues aux problèmes des collaborateurs ont la priorité, et ceci même dans une journée chargée. C'est alors parfois difficile de me libérer l'esprit et je ne suis peut-être pas totalement à l'écoute des patients.

**Comment décririez-vous votre identité professionnelle actuelle? Y a-t-il quelque chose qui l'a marquée?**

Je me considère comme une thérapeute à part entière avec un ancrage en physiothérapie. C'est pourquoi j'aime le réseautage et je suis très engagée au niveau interdisciplinaire.

**Avez-vous des modèles professionnels?**

Pas vraiment dans le domaine de la physiothérapie à proprement parler. Cependant, à l'IKP de Zurich, j'ai eu le privilège de collaborer avec des professeurs et superviseurs de haut niveau dont l'authenticité dans le contact personnel et la communication m'a énormément impressionnée car cela demande une grande connaissance de soi-même et beaucoup de réflexion.

**Êtes-vous engagée au sein de divers organes, comités ou associations? Cela a-t-il ou a-t-il eu une quelconque importance pour votre poste actuel?**

J'ai toujours fait partie d'une association et je me suis toujours engagée au sein des comités les plus divers (aussi bien de groupes spécialisés que d'associations sportives). J'ai ainsi pu comprendre le fonctionnement d'une dynamique de

<sup>1</sup> IKP: Institut de psychothérapie centrée sur le corps à Zurich.

**José van der Hoef**, PT, ist seit 2002 Mitinhaberin der Gesundheitspraxis Löwen Center Luzern. Ein Stiefsohn (25).

**José van der Hoef**, PT; copropriétaire du cabinet de santé Löwen Center à Lucerne depuis 2002. Elle a un beau-fils (âgé de 25 ans).

mich in verschiedensten Vorständen (von Fachgruppen bis zum Sportverein) engagiert. Damit habe ich immer wieder Erfahrung sammeln können, wie Gruppendynamik funktioniert. Ich konnte lernen, mich durchzusetzen, aber auch nachzugeben und zuzuhören.

#### **Wie lassen sich Familie und Beruf vereinbaren?**

Bestens, da mein Partner und Stiefsohn sehr selbständig sind und ihr eigenes engagiertes Leben führen.

#### **Wie gelingt es Ihnen, eine ausgeglichene «Work-Life-Balance» zu halten?**

Das Telefon und den PC abzuschalten, ein Buch zu lesen, ein Glas Wein zu trinken und kleinere oder grössere Auszeiten zu nehmen, in denen ich wegfahre an einen Ort, wo der Praxisalltag nichts verloren hat.

#### **Haben Sie berufliche Zukunftspläne? Könn(t)en Sie Ihre Funktion bis zur Pensionierung ausführen?**

Gerne würde ich mit 60 Jahren meine Praxisführung an die nächste Generation übergeben und noch schöne Jahre mit meinem Partner im Süden geniessen. Meine jetzige Funktion könnte ich gut bis zur Pensionierung oder sogar noch länger ausüben. Ich bin aber der Meinung, dass es bei uns in der Praxis sehr viel Potenzial an jungen Therapeuten und Therapeutinnen hat. Es wäre schade, ihnen die Chance selbständig zu werden, die ich als junge Frau bekommen habe, nicht auch zu bieten.

#### **Was raten Sie jemandem am Berufsbeginn, der/die eine ähnliche Karriere anstrebt?**

Stetig den eigenen Weg zu gehen, eine breite Basis zu entwickeln, eigene Initiativen umzusetzen und Führungsaufgaben, die sich anbieten, zu übernehmen, um die eigenen Qualitäten, Fähigkeiten und Grenzen kennenzulernen. |

Interviews: Brigitte Casanova, Redaktion physioactive

groupe. Cela m'a permis d'apprendre à m'imposer, mais également à savoir quand il vaut mieux céder et écouter.

#### **Comment conciliez-vous vie de famille et travail?**

Sans problème, mon partenaire et mon beau-fils sont très indépendants et vivent leur propre vie avec leurs propres engagements.

#### **Comment parvenez-vous à maintenir un équilibre entre votre travail et votre vie privée?**

En éteignant le téléphone et l'ordinateur, en lisant un livre, en buvant un verre de vin. Je fais aussi des pauses plus ou moins longues durant desquelles je me rends dans un endroit où je peux me déconnecter de mon quotidien professionnel.

#### **Avez-vous des projets professionnels pour plus tard? Pourriez-vous occuper votre fonction jusqu'à la retraite?**

À 60 ans, j'aimerais transmettre la direction de mon cabinet à la prochaine génération et passer encore de belles années dans le Sud avec mon partenaire. Je me verrais bien assumer ma fonction actuelle jusqu'à ma retraite, voire plus longtemps. Je suis cependant d'avis que les jeunes thérapeutes de notre cabinet ont un grand potentiel. Il serait dommage de ne pas leur offrir la chance de devenir indépendants, chance que j'ai eue quand j'étais jeune.

#### **Quel conseil donneriez-vous à quelqu'un qui voudrait entamer une carrière similaire à la votre?**

De toujours suivre sa propre voie, d'avoir une base solide et diversifiée, de mettre en œuvre ses propres initiatives et d'accepter les postes de direction qui se présentent afin d'apprendre à connaître ses propres qualités, ses capacités et ses limites. |

Interviews: Brigitte Casanova, rédactrice physioactive



## PROFESSIONELLE THERAPIELIEGEN FÜR JEDE PRAXIS



### Qualität, Funktionalität und Sicherheit:



- Für Physiotherapie, Krankengymnastik und Rehabilitation
- Elektrische und hydraulische Therapieliegen
- 2-, 3-, 4-, 5-teilige Versionen verfügbar
- Liegenbreiten: 65 cm, 70 cm, 80 cm
- Höhenverstellbereich von 50 - 95 cm
- Stufenlose Kopfteilverstellung von ca. +50° - ca. -70°
- Mehrteilige Kopfteile
- Kopfteilpolsterung mit Soft Skin Ausstattung
- Sonderanfertigungen auf Anfrage
- 360° Rundumschaltung (für elektrische Liegen)
- Wellness Polsterung +20mm möglich
- DIN EN ISO 9001, DIN EN ISO 14001

AKUPUNKTUR  
PHYSIOTHERAPIE  
MASSAGE & WELLNESS  
PRAXISBEDARF  
SCHULUNGEN

### Gemütlich bestellen

per WebShop [www.acumax.ch](http://www.acumax.ch)  
per Mail [info@acumax.ch](mailto:info@acumax.ch)  
per Telefon 056 249 31 31  
per Fax 056 249 38 18

**Sie haben noch Fragen?  
Wir freuen uns auf Ihre Nachricht!  
Ihr Acumax-Team!**

AB CHF **1690,-** Preis zuzügl.  
Mwst. und Versand

**WWW.ACUMAX.CH**