

Jeugdverpleegkundige Lonneke Bosman

'Voorkomen van ziekte is echt top!'

In de rubriek **Vers bloed** komen beginnende verpleegkundigen Maatschappij & Gezondheid aan het woord. Ditmaal Lonneke Bosman (22), jeugdverpleegkundige 12-18 jaar. Bosman is heel vers. Ze studeerde eind januari van dit jaar af aan de hbo-v van de Hogeschool Utrecht en trad op 1 februari in dienst bij GGD regio Utrecht. 'Ik vind het fijn dat je in de jeugd-gezondheidszorg in korte tijd echt een band kan opbouwen met een jongere.'

Tekst:
Marieke
Rijsbergen

Waarom heb je gekozen voor het vak jeugdverpleegkundige?

'Mijn eerste stage liep ik in een verzorgingshuis waar ik veel werkte met ouderen en met mensen met dementie. Ik kwam er al snel achter dat deze doelgroep niet echt mijn ding is. Het was zo moeilijk contact met ze te maken. De stage in het ziekenhuis vond ik nog minder leuk. Daar waren de contacten nóg sneller omdat de patiënten vaak heel rap het ziekenhuis verlieten. Mijn stage in de wijk vond ik meteen leuk! Omdat je bij de mensen thuis komt. Je ziet wat er achter de voordeur speelt en het draait niet alleen om de zieke cliënt. De mensen eromheen zijn ook heel belangrijk. Tijdens mijn laatste stage in de jeugdgezondheidszorg kwam ik een soort van thuis. Wat gaaf! Werken met jongeren tussen de 12 en 18 jaar. En dus met voornamelijk gezonde

'Tijdens mijn laatste stage in de JGZ kwam ik een soort van thuis. Wat gaaf! Werken met voornamelijk gezonde jongeren met gezonde problemen'

kinderen met gezonde problemen waar ik in korte tijd een band mee op kan bouwen. Want ik zie ze in de tweede klas en soms ook in de vierde klas. Ik vind het voorkomen van ziekte echt top!'

Je wordt nu ingewerkt in de jeugd-gezondheidszorg. Hoe gaat het?

'Ik loop met diverse collega's mee en kan zien hoe zij de gesprekken met de jongeren doen. Op korte termijn neem ik de werkzaamheden van een collega over die met zwangerschapsverlof gaat. Ik krijg dan twee

BIO

Naam: Lonneke Bosman

Werkt bij: GGD regio Utrecht

Opleiding: hbo-v, Hogeschool Utrecht

Is goed in? 'Ik ben nieuwsgierig, een doorzetter en ik hoor vaak dat ik mijn enthousiasme meeneem in mijn werk.'

Minder goed in? 'Ik ben een perfectionist die alles in een keer goed wil doen. Soms loop ik daardoor mezelf voorbij en word wat kortaf. Collega's vragen dan: "Gaat het wel goed, kan ik wat voor je doen?" Dan weet ik dat ik wat rustiger aan moet doen.'

middelbare scholen onder me. Spannend maar heel leuk! Het is de bedoeling dat ik stapje voor stapje alle werkzaamheden zelf ga uitvoeren. In de korte periode die ik nu meeloop, ben ik verbaasd dat sommige jongeren al zoveel problemen ervaren of hebben.'

Kun je een voorbeeld geven?

'De ouders van een meisje uit de tweede klas gaven in de vragenlijst (Jouw GGD Check, red) aan dat zij wellicht ADHD had, maar dat het nog niet gediagnostiseerd was. Toen we haar opriepen, bleek er veel meer aan de hand. Zo had ze ook depressieve buien en dacht soms na over zelfmoord. We zijn nu met de ouders bezig welke hulp we haar kunnen bieden. Dat is dankbaar om te doen.'

Is het alleen maar kommer en kwel onder de jongeren 12-18 jaar?

'Nee hoor. Het tegendeel is eigenlijk waar. Het blijkt dat het met 80 procent van de jongeren gewoon goed gaat. Het is die 20 procent die we echt zien. Wat ik mooi vind is dat een groot probleem in de ogen van de jongeren vaak vrij makkelijk op te lossen is. Neem een meisje dat



enorm veel menstruatiepijn had. Haar schoolcijfers hadden daar ook onder te lijden. We vertelden haar dat bepaalde anticonceptie het extreem vloeien flink kan

'Ik probeer altijd eerst goed aansluiting te vinden bij de jongere. Door eerst in te gaan op de leuke dingen en niet meteen het probleem aan te kaarten'

verminderen. We raadden haar aan om naar de huisarts te gaan en dat te bespreken. Het meisje had hier nog nooit over gehoord.'

Wat leer jij van je oudere collega's?

'Zeer zeker gesprekstechnieken en hoe om te gaan met de jongeren. Nu ik met diverse collega's meeloop, ontwikkel ik goed wat mijn eigen manier van aanpak is. Ofwel: wat vind ik prettig? Ik probeer altijd eerst goed aansluiting te vinden bij de jongere. Door eerst in te gaan op de leuke dingen en niet meteen het probleem

aan te kaarten. Op deze manier denk ik dat ik een veilige omgeving creëer waardoor de jongere zich op zijn gemak voelt en bij mij durft te praten. Ook leer ik nu goed dat de problemen die jongeren ervaren, vaak passen bij de adolescentie. En dat wij als jeugdverpleegkundigen een preventieve rol hebben. Als hulpverlener wil je vaak direct oplossen en behandelen, maar als jeugdverpleegkundige adviseer en verwijst je voorname-lijk. Dit geeft vaak veel rust als er een heftige casus is zoals bij suïcide of huiselijk geweld. Je taak is dan om de jeugdige en zijn of haar ouders naar de juiste hulp te verwijzen en achteraf te evalueren.'

Wat levert op dit moment het meeste stress op onder jongeren?

'Hun schoolcijfers en -prestaties. Wat er weer in resulteert dat ze vaak onzeker zijn en met vragen rondlopen als: mag ik er wel zijn? Zo was er een meisje dat in de vierde klas zat en op de vragenlijst had ingevuld dat ze teveel stress had en dat het heel slecht ging met haar schoolwerk. Ze concentreerde zich teveel op de vakken die ze moeilijk vond, waardoor ze bij de andere vakken ging achterlopen. Bovendien had ze geen goed contact met haar mentor. Toen we haar opriepen vertelde ze ons dat ze zich door het invullen van de vragenlijst, bewust was geworden van haar situatie en dat ze er iets aan moest doen. Ze heeft toen hulp gevraagd aan haar zus die nu elke dag helpt bij haar schoolwerk. Het is toch mooi dat zij tot dit inzicht is gekomen door de jgz-vragenlijst?'

Waar sta jij over vijf jaar?

'Ik denk dat ik dan nog in de jeugdgezondheidszorg werk. En ik hoop dan de post-hbo-opleiding Maatschap-pij&Gezondheid te hebben afgerond. Het kriebelt ook om les te gaan geven. Dus wie weet loop ik dan ook rond bij een hbo- of mbo-verpleegkunde. Leuk!' 

*Marieke
Rijsbergen is
hoofdredacteur
van Tijdschrift
M&G en
freelance
journalist*