Interview JGZ-verpleegkundige

**‘Mijn enthousiasme voor Centering is groot’**

*In gemeente Oss en gemeente Bernheze zijn jonge ouders vertrouwd met groepsgewijze verloskundige zorg. “Dat wij bij het consultatiebureau ook Centering-groepen gingen draaien, was een logisch vervolg”, vertelt jeugdverpleegkundige Rian van Nistelrooij van GGD Hart van Brabant.*

**Hoe begon het voor jou?**

“Toen ik hoorde dat wij Centering gingen doen, heb ik me gelijk opgegeven. In juni 2016 volgden we de scholing met een groepje collega’s: drie jeugdverpleegkundigen, twee artsen en twee assistenten. Eind 2016 draaide ik mijn eerste groep. Inmiddels zijn er meer collega’s geschoold en starten we elke maand een nieuwe groep.”

**Hoe is het om zo’n groep te draaien?**

“Superleuk! Het is een fijne en interessante afwisseling van mijn werk. Want het is echt wel wat anders dan we gewend zijn. De gebruikelijke een-op-een-zorg is vooral ‘vraag en advies’. Maar bij Centering gooi je een thema in de groep. De ouders vertellen hun ervaringen, reageren op elkaar, wisselen ideeën en adviezen uit... Ik hoef alleen samen te vatten en te vertellen dat het aansluit bij de richtlijn. Gezondheidstips hebben op deze manier veel meer impact dan als ik ze vanachter mijn bureau geef. En ik doe zelf soms ook leuke, nieuwe tips op!”

**Wat is de kracht van Centering?**

“Er ontstaat een vertrouwensband tussen mensen. Ze voelen zich vrij om dingen met elkaar te delen en helpen elkaar. Niet alleen tijdens de bijeenkomsten, maar ook in de WhatsApp-groep en daarbuiten. Een moeder zei laatst: “Wat begon als Centering werd vriendschap”. Dat is toch geweldig! Voor onzekere moeders en mensen die weinig sociale contacten of anderen met baby’s in hun omgeving hebben, is dit extra waardevol.”

**Gaan de onderlinge adviezen nooit de verkeerde kant op?**

“Soms zit ik op de wip. Maar ook dan is er altijd weer een moeder die zegt: “Nee joh, zo moet je dat niet doen!” Dan kan ik met een korte toelichting bij haar aansluiten.”

**Kunnen zwaardere onderwerpen in een groep echt wel aan bod komen?**

“Ja, juist! Dat komt doordat ouders zich vertrouwd voelen, en veel van elkaar herkennen. Maar het komt ook doordat je veel meer tijd hebt. Laatst praatten we bijvoorbeeld over de betrokkenheid van partners. Een moeder vertelde in tranen hoe ze zich door haar man in de steek gelaten voelde. Zo’n gesprek gaat veel dieper dan mogelijk is in een een-op-een-consult van twintig minuten.”

**Is het lastig om deze groepen op touw te zetten?**

“In het begin kostte het best veel tijd. Wij waren toch een beetje aan het pionieren. We maakten bijvoorbeeld van de Centering-werkvormen onze eigen draaiboeken. Maar de grootste puzzel is: de planning. Als je denkt dat een groep vol zit, zijn er toch weer ouders die niet kunnen en moet je weer schuiven. Mijn collega’s zijn gelukkig ook heel enthousiast, dus we dragen het met z’n allen uit. Soms moet het weer een beetje worden aangejaagd. Een e-mail ‘We gaan weer een nieuwe groep beginnen, dus denk aan Centering’ is dan voldoende. Alle ouders krijgen bij ons de mogelijkheid aangeboden om Centering te doen.”

**Welke tips heb je voor collega’s in het land?**

“Het is echt heel leuk om te doen! Maar je moet er wel echt voor gaan, anders werkt het niet. Je moet naar ouders en collega’s uitstralen dat het iets leuks en waardevols is. Benut eventuele Centering Pregnancy-groepen om deelnemers te werven. In de laatste drie groepen draaien wij als tweede begeleider mee. Zo leren wij de aanstaande moeders kennen en zij ons; heel leuk! Het plannen blijft een puzzel. Maar is de groep eenmaal op gang, dan ben ik weer helemaal enthousiast. Dan denk ik tevreden: hier doen we het allemaal voor.”