

# “Breng vertrouwen in geboortezorg

Ga je voor vrouwelijk leiderschap, of voor vrouwelijk ‘lijderschap’? Vrouwen, maar ook mannen, staan vaak voor die keuze. In het werk en in het persoonlijk leven, vooral bij *major life events*. Zwangerschap is zo’n levensgebeurtenis waarbij vrouwen snel de regie uit handen geven aan verloskundigen, dokters of andere zorgverleners. Dat kan anders. Daarom heeft Molkenboer, naast haar werk als persoonlijk coach en organisatiecoach, het initiatief genomen voor [Zelfbewustzwanger.nl](http://Zelfbewustzwanger.nl), een platform om de inbreng van zwangeren te verbeteren.

Floor Molkenboer (1973) heeft bedrijfskunde gestudeerd en is moeder van twee kinderen. In 2010 startte zij haar eigen bedrijf in Driebergen-Rijsenburg, Tara.nu, waarmee zij als coach managers, teams en organisaties begeleidt. Haar specialiteit is leiderschap vanuit vertrouwen en de kracht om vanuit co-creatie te innoveren en te groeien. “Bou-

meteen allerlei ellendige vragenlijsten voor je kiezen.” Dat speelt zich te veel in het koppie af, vindt Molkenboer, en te weinig in het lijf. Dat levert stress op, voor moeder en baby. “Vergelijk zwanger zijn maar met het marineren van je baby, doe je dat in angst en onzekerheid of in vertrouwen en geluk?”, zo verwoordt ze mooi.

ten bijvoorbeeld artsen en verloskundigen niet invullen en vóór de klant denken. En zwangeren moeten de eigen regie willen en kunnen pakken. Floor Molkenboer wilde beide groepen ondersteunen en dat leidde tot een volgende vraag. Hoe organiseer je dat? Ze onderzocht samen met adviseur Kim Boersma of ze zich moest aansluiten bij bestaande organisaties, clubs of bewegingen en ze voerde gesprekken met onder andere ZonMw, verschillende verzekeraars en op het ministerie van VWS. Eind 2014 kwam ze tot de slot-som: ik moet het zelfstandig doen.

In no-time leerde ze crowdfunding, bloggen en vloggen. En op 12 juli 2015 lanceerde Floor een online programma gericht op zwangeren via [Zelfbewustzwanger.nl](http://Zelfbewustzwanger.nl). Molkenboer: “Samen met veertien experts heb ik een twintigtal korte filmpjes gemaakt, van zo’n zes tot tien minuten, over allerlei onderwerpen die zich voor, tijdens of na de zwangerschap voor kunnen doen. Met welke keuze krijg ik te maken? Maar ook: hoe zorg ik voor mezelf? In het programma zitten bijvoorbeeld ook ontspannings- en bewegingsoefeningen.” De filmpjes zijn geen trucjes of een recept voor succes, zo benadrukt ze. “Het gaat om wat je uit jezelf haalt.” Wat er in het

## *Zelfbewustzwanger.nl ontwikkelt een ‘Funda voor de geboortezorg’*

wen aan vertrouwen”, vat Molkenboer kernachtig samen. Ze geeft een kaartje met daarop de ‘Cirkel van acht’. Die is opgedeeld in D.I.P. (de neerwaartse spiraal van Denken In Problemen) en K.I.K. (opwaarts: Kijken In Kansen). Die is toepasbaar op alles in het leven, dus ook op de geboortezorg.

### **Marineren in geluk**

Floor Molkenboer had en heeft veel opdrachten in de zorg, maar met geboortezorg maakte ze pas kennis tijdens de zwangerschap van haar eerste kind. De regie werd haar meteen uit handen genomen. Achteraf schrok ze ervan. “Er is iets met het systeem aan de hand”, zo steekt Floor nu van wal. “Het drijft te veel op angst en onzekerheid. Er wordt vooral gekeken naar risico’s. Er wordt gegrepen naar protocollen en op het moment dat je zwanger bent, krijg je

Ze ontdekte dat ongeveer een kwart van de vrouwen drie jaar na dato negatief terugkijkt op de bevalling. Verlies van regie, gebrek aan keuzemogelijkheden en gebrek aan respect voor de vrouw en haar omgeving zijn enkele oorzaken daarvoor. Floor Molkenboer besloot op onderzoek te gaan. Hoe kan dit beter?

### **Samenwerking**

De crux zit ‘m in de samenwerking tussen zwangere en zorgverlener, zo stelt ze. Dat vraagt om een andere manier van denken bij beide partijen. Zo moe-



[zelfbewustzwanger.nl](http://zelfbewustzwanger.nl)





In de geboortezorg wordt te veel gekeken naar risico's, vindt Floor Molkenboer. Met [Zelfbewustzwanger.nl](http://Zelfbewustzwanger.nl) wil ze daarin verandering brengen.

programma kwam, is bepaald door ongeveer zeshonderd zwangeren en net bevallen vrouwen. Zij hebben aangegeven waar ze behoeften aan hadden en waar ze zich zorgen over maakten. In de filmpjes zien we onder andere (oud) verloskundigen als David Borman en Diana Koster en gynaecoloog Jeroen van Dillen. Voor zorgprofessionals organiseert Molkenboer scholing, bijvoorbeeld de workshop 'Benut de kracht van co-creatie met de cliënt', door de KNOV geaccrediteerd met zes punten. Daarin komen zaken aan bod als omgaan met weerstand, bouwen aan vertrouwen en *shared decision making*.

"Dat is wat Zelfbewustzwanger doet aan verbetering op microniveau", geeft Floor Molkenboer aan. "Op mesoniveau ondersteunen we Verloskundige Samenwerkingsverbanden (VSV's) in het opzetten en laten functioneren van moederraden. En op macroniveau werken we mee aan de ontwikkeling van landelijk beleid en aan de Multidiscipli-

naire Richtlijn Vaginale Beving. Ook dat zie ik als vormen van bouwen aan vertrouwen."

#### Funda

"Het initiatief werd meteen enthousiast ontvangen", vertelt Floor. "Ik kreeg steun van een aantal prominenten uit de geboortezorg, daar ben ik heel blij mee. En ik heb een superteam om me heen." Zelfbewustzwanger wordt inmiddels gemaakt door een aantal ontwerpers, experts op het gebied van internet en social media en niet te vergeten illustrator Katja Schellekens. In oktober 2015 is Miranda Kila bij het team gekomen. Zij was jarenlang voorzitter van de moederraad van VDP Rijnmond, die zij heeft helpen opzetten. Zij is coach en organisatiepsycholoog en ervaren in het in hun kracht zetten van vrouwen. Daarnaast werkt Zelfbewustzwanger samen met Xpeditie – experts op het gebied van cliëntparticipatie binnen zorgorganisaties.

En wat zijn de plannen voor de toekomst? Floor Molkenboer: "We willen met ons online programma, ook wel e-learning genoemd, zoveel mogelijk vrouwen bereiken. Elke maand start een nieuwe groep vrouwen. Zij kunnen in een besloten Facebookgroep met elkaar uitwisselen wat zij tijdens hun zwangerschap meemaken." Samen met patiëntenfederatie NPCF werkt het team aan een soort 'Funda voor de geboortezorg', vergelijkbaar met Zorgkaart Nederland. Molkenboer roept vrouwen die zwanger zijn, of minder dan drie jaar geleden moeder zijn geworden, op om hun ervaringen te delen door het invullen van een korte vragenlijst over zorgorganisaties. Om zo nog betere keuzes te kunnen bieden aan aanstaande moeders. <<

Meer weten over Floor Molkenboer? Kijk op: [www.zelfbewustzwanger.nl](http://www.zelfbewustzwanger.nl) of <http://tara.nu>

Tekst: Leendert Douma

Foto: Sunny Gardeur