**MIO training: Baringspijn**

Baren is van alle tijden evenals de baringspijn die daarbij door vele vrouwen wordt ervaren hoewel er ook vrouwen zijn die (ten dele) geen pijn voelen tijdens de baring. Tegenwoordig beïnvloeden naast eventuele eigen ervaring en verhalen uit de omgeving ook (sociale) media, films en documentaires het beeld dat zwangeren en hun partners hebben van baren inclusief de ‘maakbaarheid’ van de baringservaring. Het gesprek tussen de verloskundig zorgverlener en de zwangere (en haar partner) ter voorbereiding op de baring wordt hierdoor beïnvloed.

Luisterend naar baringsverhalen valt op dat deze veelal een sensorische, affectieve en cognitieve dimensie bevatten. Wetenschappelijk onderzoek laat zien dat de perceptie van baringspijn o.a. afhangt van vele psychische, contextuele en culturele factoren en niet alleen van de sensorische prikkels. In gesprek gaan over de baring verondersteld dan ook een gesprek over deze diverse aspecten met de zwangere en voor haar relevante anderen. Het toepassen van wetenschappelijke inzichten op een wijze die aansluit bij de cliënte kan extra oefening vragen.

DOKh biedt u de praktische training in gesprek over de Baring(spijn). Tijdens de training wordt de theorie van gezamenlijks besluitvorming interactief met u besproken, wordt gekeken naar de beschikbare effidence aangaande management van baringspijn en krijgt u de gelegenheid om een gesprek te oefenen met een actrice.

Tijdens het oefenen worden intervisie over eigen handelen, ervaringen en het oefenen met gespreksvaardigheden afgewisseld. Beide staan onder begeleiding van een zeer ervaren docent en actrice.

**In de intervisie en rollenspelen gaan we onder andere in op:**

* Omgaan met evidence betreffende pijnmanagement tijdens de baring; evidence based practice
* Uitleggen aan de cliënt welk onderwerp op er precies besproken gaat worden en met welk doel (*choice talk*);
* Informatie uitwisselen in plaats van voornamelijk ‘zenden’ (*option talk*)
* Schakelen tussen de rol van expert en coach, en dit zo nodig aan de cliënt uitleggen (*markeren*);
* Exploreren van wat de cliënt weet (‘feiten’), wat er in de cliënt omgaat (gevoelens en emoties) en wat de cliënt wil (intenties), gedurende het gehele consult;
* Stilstaan bij eigen normen en waarden, en de mogelijke invloed daarvan op het besluitvormingsproces van de cliënte.

Vanwege het praktische karakter van de cursus wordt het aantal deelnemers beperkt tot 12.

**Programma:**

09.00 uur - 10.45 uur Interactieve inleiding op het thema *in gesprek over baring(spijn)* met aandacht voor beschikbare evidence, leervragen van de deelnemers en reflectie op eigen handelen

10.45 uur - 11.00 uur Korte pauze

11.00 uur - 13.00 uur Training met actrice, met reflectie op eigen handelen, uitproberen van nieuwe manieren van werken en het reflecteren op deze ervaring.