

## O nee! Een app tijdens de bevalling Of: Verloskundige app-hater maakt app

Marijke Sibie, verloskundige bij het Geboortecentrum Amsterdam maakte vorig jaar een app waarin zij vrouwen door hun bevalling coacht. Wegens succes volgt deze maand een uitbreiding.

### Hoe kwam je op het idee deze app te maken?

De laatste jaren zag ik tijdens bevallingen steeds vaker apps verschijnen. Bij iedere wee werd door de zwangere of haar partner op een knop gedrukt zodat ze de weeëntijden goed bij konden houden. Ik was niet blij met deze nieuwe ontwikkeling omdat ik graag wil dat vrouwen in hun bevalling de weeën omarmen, naar hun lijf toegaan, en niet zo bezig blijven met de tijden. Maar ja, die apps krijg je natuurlijk niet weg uit de bevalkamer. Toen bedacht ik: 'if you can't beat them, join them,' maar dan anders: een andere app, een verbeterde versie van dat ene dat er al was, een app waarin een stem je tot rust brengt, je door je weeën heen praat.

### Kwam je obstakels tegen?

Ja, heel erg veel. De investering viel veel hoger uit dan ik had gedacht, sommige dingen konden niet zo gemaakt worden als ik had gehoopt, maar ik kwam vooral mezelf tegen toen ik de app moest promoten. Zo moeilijk om aan mensen te vragen de facebookpagina te liken, om de app aan te raden aan mijn cliënten...

En dat terwijl ik heel erg achter de app sta. Ik vind hem mooi en goed geworden. Ik krijg ook veel fijne feedback. Uit Nederland, maar ook uit Amerika. Vrouwen mailen mij dingen als: 'You saved my birth'. Als ik dat soort dingen hoor, ben ik zo blij dat ik heb doorgezet en de app echt heb gemaakt!

Ik merk uit de feedback dat vrouwen het vooral in de eerste uren van de bevalling fijn vinden om naar mijn stem te luisteren. De uren wanneer de verloskundige nog niet bij hen blijft, maar ook wanneer ze medisch worden en daardoor vaak minder begeleiding krijgen.

### En nu: uitbreiding?

De app was er in eerste instantie alleen nog maar voor de iPhone. Het ook nog voor Android laten maken was simpelweg te duur.

Gelukkig vond ik een investeerder waardoor ik de app nu ook voor Android heb kunnen maken en vier talen heb kunnen toevoegen. Naast Nederlands en Engels is er nu ook Spaans, Duits, Marokkaans en Turks. Zo boeiend om die andere talen toe te voegen. Natuurlijk is de begeleiding in iedere taal totaal anders, dus moest ik iedere taal door een native doula of verloskundige opnieuw laten schrijven en inspreken. Die vrouwen hebben dat allemaal liefdevol voor mij gedaan, waar ik ze heel erg dankbaar voor ben. Ik leerde van de Marokkaanse bijvoorbeeld dat je in het Marokkaans tijdens de bevalling veel verwijst naar de 'voor-moeders' die ook voor jou door hun bevalling zijn gegaan en dat jouw dochters dat later ook weer gaan doen voor hun kinderen. Dat je onderdeel bent van de keten van het leven. Heel erg mooi om dat soort teksten te kunnen gebruiken voor de app. Ook zo bijzonder om te bedenken dat op ieder moment van de dag wereldwijd wel een vrouw ligt te bevallen op mijn app.

Ik beseef goed dat deze app voor Samen Bevalen klinkt als dat de partner gedeeltelijk door een app kan worden vervangen. Maar ik hoop en denk dat de partner juist door mijn coaching te horen, terwijl hij kijkt waar zijn vrouw goed op reageert, weer weet wat hij kan doen. Hij kan na een uurtje de app uitzetten en zelf de coaching weer overnemen! Dit is een speciale tip voor Samen Bevalen partners!

De doula app is te downloaden op iOS en Android.

Ook te vinden via: [www.doula-app.com](http://www.doula-app.com)  
Voor meer info of het aanvragen van flyers: [info@doula-app.com](mailto:info@doula-app.com)

Marijke Sibie

