

GENEESKUNDESTUDENTEN RUNNEN VEELBELUISTERDE PODCAST

‘Door KoffieCo durven coassistenten meer vragen te stellen’

Een kleine anderhalf jaar geleden begonnen drie Utrechtse coassistenten de inmiddels populaire podcast voor co's KoffieCo. Via een samenwerking met Medisch Contact gaan ze nu voor een bredere doelgroep. Wie zijn de makers van KoffieCo en wat beweegt hen?

De vijfdejaarsstudenten geneeskunde Doris van der Heijden, Tiara Ringers en Tessa Dinger zijn studiegenoten en vriendinnen en wonen sinds een jaar samen in een bovenwoning in de Utrechtse wijk Wittevrouwen. Met z'n drieën maken ze sinds maart 2019 de succesvolle podcast KoffieCo. In de bijna vijftig afleveringen die ze inmiddels hebben gemaakt, interviewen ze artsen over hun vakgebied, snijden ze vakoverstijgende onderwerpen aan en laten ze coassistenten (anoniem) aan het woord over hun eigen grappige of gênante ervaringen. Zelf hebben de drie coassistenten juist vandaag hun coschapen weer hervat – na de noodzakelijke stop door de coronacrisis. Als vanouds zijn ze tegen 21.00 uur nog niet aan het avondeten toegekomen. Onder het genot van

een glas rode wijn – koffie in de avond gaat ten koste van de nachtrust – eten ze een afbakpizza uit de noodvoorraad, terwijl ze vertellen over hun podcast. Dinger: ‘Het idee ontstond vanuit onze eigen behoefte aan meer informatie over wat een specialisme nu écht inhoudt, om uiteindelijk een gefundeerde keuze te kunnen maken. Je leert natuurlijk veel over de medische kant van een specialisme tijdens de coschappen, maar de meer persoonlijke beleving van artsen met betrekking tot hun vakgebied komt nauwelijks aan bod. Terwijl dat zoveel meer zegt. Wat was voor hen de reden om dat vakgebied te kiezen? Wat zijn de mooie, maar ook de minder mooie kanten van het vak? Hoe zijn ze zelf in de opleiding gekomen?’ Ringers gaat verder: ‘Dat zijn vragen die coassistenten vaak niet durven te stellen, maar die ze eigenlijk wel zouden willen stellen. Het zijn vaak vragen van meer persoonlijke aard. Bijvoorbeeld hoe een arts de diensten ervaart of de werkdruk. Of dat hij zelf wel eens moet huilen als het niet goed gaat met een patiënt.’ ‘Vragen die je niet zomaar in de lift stelt’, weet ook Van der Heijden. ‘Daarmee willen we laten zien dat artsen ook maar gewoon mensen zijn, met hun eigen twijfels en overwegingen.’

Jullie zeggen dat coassistenten dit soort vragen vaak niet durven stellen. Waar komt die angst vandaan?

Dinger vertelt dat het sterk wisselt per

arts of je als co zulke vragen kunt stellen. ‘De een waardeert het wel, de ander niet. Daarnaast hebben artsen vaak te maken met een enorme tijdsdruk en zitten daardoor niet altijd te wachten op wat meer persoonlijke vragen van een coassistent. De hiërarchie speelt hierbij ook een rol; die verschilt per coschap en per ziekenhuis. Daardoor moet je ook steeds aftasten

‘We willen de hiërarchie doorbreken’

en aanvoelen wanneer een juist moment is om vragen te stellen.’ Ringers: ‘En als je dan één keer wordt afgekat door een arts, dan denk je: dat doe ik niet nog een keer. Ik heb daar zelf wel slechte ervaringen mee gehad. Uiteindelijk zit je als coassistent in een kwetsbare, afhankelijke positie. Je wordt wél beoordeeld door die arts. Toch willen wij met de podcast geneeskundestudenten laten zien dat je juist moet durven vragen en dat het ook vaak wél wordt gewaardeerd. We willen de hiërarchie doorbreken.’ ‘En uiteindelijk blijkt die angst om vragen te stellen irreal’, vult Dinger aan, ‘want het wordt meestal gewaardeerd.’



Vlnr: Tiara Ringers, Doris van der Heijden en Tessa Dinger

Alleen is de tijdsdruk in ziekenhuizen wel reëel, dus je moet het goede moment pakken.' Ringers: 'We horen inmiddels geregeld van coassistenten dat ze door onze podcast meer vragen durven te stellen. Wij beginnen elk interview met de standaardvraag hoe de betreffende arts zijn of haar koffie drinkt. Dat blijkt een mooie gespreksopening als een co de geïnterviewde arts treft.'

Is het niet sowieso makkelijker om vragen te stellen tijdens de opname van de podcast, als artsen al hebben ingestemd en weten wat de bedoeling is?

'Onze vragen worden erg gewaardeerd en alle artsen die meedoen vertellen met veel plezier en een grote glimlach over hun

vak', zegt Van der Heijden. 'Dat is heel anders dan op de werkvloer. Tijdens het interview zijn wij "de baas", wij hebben de regie, wij bedenken en stellen de vragen. Dat is echt een heel andere positie dan die van de coassistent overdag.'

'Ja', zegt Ringers, 'het zijn echt twee verschillende werelden, dat maakt het heel bijzonder. Als co sta je onder aan de ladder, als laagste in de hiërarchie. Maar als ik met KoffieCo bezig ben, voel ik dat helemaal niet.' Voor Dinger ligt dat anders: 'Ik ervaar dat helemaal niet zo – dat ik als coassistent onder aan de ladder zou staan. Zo zie je maar weer hoe wij onderling ook dingen anders beleven. Ik denk dat als je dat zo voelt, dat je jezelf er ook naar gaat gedragen.'

Van der Heijden: 'Een veilige omgeving helpt ook om je minder oncomfortabel te voelen. Als je normaal wordt behandeld, voel je je ook normaal.' 'Maar daar heb

je als co zelf ook een aandeel in', vindt Dinger. 'Het is belangrijk je te realiseren dat je er mag zijn en dat je jezelf mag zijn. Dat is echt een wisselwerking tussen jou en je collega's.'

Ringers: 'Mogen we nog even benadrukken dat we als co's vooral heel veel mooie dingen meemaken? De coschappen zijn voornamelijk héél cool!'

Wat brengt KoffieCo jullie?

Dinger: 'Je kunt je geen leukere, creatievere bijbaan voorstellen dan deze – we noemen het een bijbaan, omdat het zoveel van onze vrije tijd opslokt, zeker vijftien uur per week per persoon, maar we verdienen er vooralsnog niets mee. We zijn met een klein bedrag gefinancierd door de Universiteit Utrecht en worden verder beloond met heel veel geluksmomenten. We leren enorm veel door het maken van de podcast. Zoals over de vakgebieden,

doordat we de interviews heel uitgebreid voorbereiden.’ Ringers: ‘Aanvankelijk zijn we gewoon begonnen met interviewen, maar gaandeweg hebben we verdieping gezocht in de vorm van trainingen en een interviewcursus. Interviewen is namelijk écht een vak. In het begin vond ik het interviewen wel moeilijk en was ik geneigd uit respect lastige vragen achterwege te laten. Daarin zijn we wel gegroeid. Ik gebruik de interviewtechnieken ook bij het afnemen van een anamnese bij patiënten, ik denk dat ik daardoor echt sneller de diepte in ga met patiënten.’ Dinger vult aan: ‘Ook het opnemen van de podcasts hebben we onder de knie moeten krijgen. We proberen het gesprek zo vloeiend mogelijk op te nemen, maar na een interview zit er vaak nog heel veel tijd in de montage. Dat kost vaak uren en doen we bij ons thuis. We interviewen artsen minstens een uur en vaak stellen we na afloop van het eigenlijke gesprek nog extra vragen in extra takes, bijvoorbeeld als we het gevoel hebben dat ergens niet diep genoeg op ingegaan is. Aanvankelijk wilden we de uitzendingen niet langer dan dertig minuten laten duren, om de aandacht van de luisteraars niet te laten verslappen, maar dat bleek toch te kort om de diepte in te gaan.’

In het begin gebeurden de opnames in een professionele studio, vertelt Van der Heijden. ‘Maar nu hebben we onze eigen opnameapparatuur, waardoor we ook op pad kunnen gaan. Dat brengt ons op de meest interessante plekken, zoals in juni op vliegbasis Volkel met anesthesioloog Geert-Jan van Geffen van het Mobiel Medisch Team. Dat is een plek waar burgers normaal gesproken niet mogen komen. Tijdens de rondleiding kreeg het team een melding en dan gaat alles zó snel. In no time voel je de kracht van de propellers en weg is de traumahelikopter. Na zo’n interview voel ik me *“high on life”*.’ Dinger: ‘En vaak worden we ook geraakt door de geïnterviewde, zoals toen de cardiothoracale chirurg Marc Buijsrogge ons de tip *“volg je eerlijke hartje”* gaf. De energie tijdens dit interview was zo goed. In januari – kort na het interview – overleed hij onverwacht.’



‘We hebben zoveel leuke verhalen gehoord en zoveel leuke plekken gezien, dat we ervan overtuigd zijn geraakt dat je in elk specialisme gelukkig kunt worden.’

Hoe kiezen jullie de artsen die jullie interviewen?

Dinger: ‘In het begin waren we van plan ongeveer dertig artsen te gaan interviewen, de dertig opleidingsspecialismen. Maar al snel bleek dat er nog zoveel meer interessante vakgebieden zijn binnen de geneeskunde, die vaak onderbelicht blijven in de geneeskundeopleiding en de coschappen. Dus ook vakgebieden buiten het ziekenhuis, die soms een onterecht “suf” imago hebben, zoals de bedrijfs-geneeskunde of de ouderengeneeskunde. Wij willen strijden tegen dat suffe imago, de stereotyperingen en vooroordelen en juist die vakgebieden de aandacht geven die ze verdienen. Ook interviewen we

artsen met subspecialismen waar we nog nooit van hadden gehoord en die dan ook buitengewoon interessant blijken te zijn, de proctologie bijvoorbeeld.’

Jullie gaan nu samenwerken met Medisch Contact. Verandert dat iets in de onderwerpskeuze of de inhoud van de gesprekken?

Van der Heijden: ‘Nee, we gaan niets veranderen, wij blijven zelf aan het roer staan. We verbinden ons vooral aan Medisch Contact omdat we de continuïteit ook in de toekomst – als we zelf in opleiding gaan – willen bewaken. Daarnaast willen we meer geneeskunde-studenten en coassistenten bereiken, ook buiten Utrecht. We willen een landelijk

● **Doris van der Heijden** is 25 jaar en drinkt het liefst cappuccino met haver-melk. Ze groeide op in Rotterdam en Bilthoven en doet nu het coschap oogheelkunde.

● **Tiara Ringers** is 26 jaar en geeft de voorkeur aan espresso macchiato. Ze groeide op in Den Haag en heeft voor een deel Antilliaanse roots. Ze is nu bezig met het coschap kno.

● **Tessa Dinger** is 25 jaar en drinkt haar koffie tegenwoordig steeds vaker zwart 'bij gebrek aan melkschuimer!' Ze is opgegroeid in Wassenaar en zou op dit moment eigenlijk onderzoek doen in Australië, maar covid-19 gooide roet in het eten. Daarom doet ze nu een voorbereidend blok anesthesiologie, chirurgie en interne geneeskunde.

bereik en daarvoor biedt Medisch Contact een podium.' 'Daarom ook', vult Dinger aan, 'en omdat we meer handen nodig hebben, hebben we onlangs twee nieuwe redactieleden aangenomen, geneeskunde-studenten uit Amsterdam. We kregen veel aanmeldingen en hebben er een serieuze sollicitatieprocedure van gemaakt. Zij zijn begonnen met ondersteuning van de redactie, zoals het voorbereiden van de interviews en de montage. Inmiddels zijn ze doorgegroeid in de rol van interviewers.'

Ringers: 'We merken ook dat we, doordat we zelf inmiddels meer ervaring hebben als bijna-artsen, gegroeid zijn in onze onderwerpkruis. Zo wordt de podcast net

als wijzelf stapje voor stapje volwassener. We willen een bredere doelgroep aanspreken dan alleen coassistenten, we willen relevant zijn voor alle jonge artsen.' 'De podcast groeit met ons mee', aldus Van der Heijden. 'Of wij met de podcast. In ieder geval zal de podcast niet ophouden te bestaan als wij klaar zijn met onze coschappen. En de coassistenten zullen altijd de belangrijkste doelgroep blijven, omdat het idee is ontstaan vanuit een probleem dat we zelf als coassistenten ervaarden en waar we iets aan wilden doen.'

Heeft de podcast jullie zelf geholpen met het kiezen van een vervolgopleiding?

Alle drie: 'Nee, de podcast heeft het eerder moeilijker gemaakt dan makkelijker!' Van der Heijden: 'We hebben zoveel leuke verhalen gehoord en zoveel leuke plekken gezien, dat we ervan overtuigd zijn geraakt dat je overal gelukkig kunt worden als je ervoor gaat en er je eigen invulling aan geeft. Wat je ook doet, medisch-inhoudelijk is het altijd interessant.' 'En', vult Dinger aan, 'veel van de artsen die we interviewden gaven aan dat ze min of meer toevallig in hun vakgebied rolden. Dat soms heel andere factoren dan alleen de voorkeur voor een bepaald specialisme een rol speelden, zoals stimulerende collega's. Wij zijn in ieder geval zelf breder gaan kijken naar onze toekomst en gaan ervan uit dat er meerdere plekken zijn waar we gelukkig zouden kunnen worden en die bij onze persoonlijkheid passen.'

Jullie zijn al jarenlang vriendinnen, wonen én werken samen. Is dat niet wat al te intens soms?

'Nee hoor', zegt Ringers. 'We kennen elkaar al sinds het eerste jaar van de geneeskundeopleiding, studeerden en werkten samen en werden al snel vriendinnen. Inmiddels kennen we elkaar door en door en zijn goed op elkaar ingespeeld.' Dinger: 'We hebben zelfs een eigen non-verbaal taaltje ontwikkeld, waardoor we elkaar tijdens het interview maar even aan hoeven te kijken en een gebaartje te maken en dan weet de ander waar het naartoe moet met het gesprek.

De dynamiek tussen ons is echt sterk.' Ook Van der Heijden ziet alleen maar positieve kanten aan het intensieve contact. 'We hebben veel lol samen en soms flink de slappe lach. Daarnaast hebben we alle drie een heel sterke mening en vinden het heel leuk om veel tijd te stoppen in brainstormen over een uitzending of bijvoorbeeld de lay-out van de website. In het begin hadden we eindeloze discussies, die soms best fel konden worden. Inmiddels hebben we geleerd sneller knopen door te hakken en alle "kleine dingen" ook met een bepaalde luchtigheid te zien, zodat er niet meteen een heel debat ontstaat. We begonnen als vriendinnen en zijn nog steeds bovenal goede vriendinnen.' ■



WAT TE VERWACHTEN?

Nu Medisch Contact en KoffieCo een samenwerking zijn aangegaan, kunt u vrijwel wekelijks een nieuwe podcast van de drie co's beluisteren via de verschillende kanalen van Medisch Contact. Deze samenwerking gaat ongetwijfeld leiden tot mooie duoproducties; houd het in de gaten! Heeft u zelf een idee voor een boeiende gast voor de KoffieCo's, stuur uw tip naar de redactie van Medisch Contact via redactie@medischcontact.nl.

web

De podcasts van KoffieCo zijn hier te beluisteren: medischcontact.nl/koffieco.

