

Landelijke uitrol

‘Zwanger, Bevallen, een Kind’

Feestelijk nieuws voor de cursus ‘Zwanger, Bevallen, een Kind’: de Amsterdamse cursus is opgenomen in de databank effectieve jeugdinterventies. De cursus bereidt aanstaande ouders niet alleen voor op de bevalling, maar ook op het ouderschap en het leven met een baby. Wat maakt deze cursus zo uniek?

Rachel Verweij

Drie enthousiaste gezichten kijken me aan. De docenten zijn unaniem: het multidisciplinaire karakter is wat de cursus zo bijzonder maakt. Sharon Schouten, Mensendieck therapeut: “Het is zó leuk om met zijn allen de groep ouders te ondersteunen, van het begin van de zwangerschap tot na de geboorte. Ik heb echt het gevoel dat we een team zijn.”

Intervisie

Vaste gezichten tijdens de cursus zijn een jeugdverpleegkundige en een bewegingsdocent, die de eerste en de laatste bijeenkomst ook gezamenlijk geven. Verder bestaat het docententeam uit een lactatiekundige, een verloskundige en een vaderschapscoach, die ieder delen van de cursus verzorgen (zie kader). “Het is een grote meerwaarde dat je elkaar kent en informatie kunt overdragen”, vertelt Schouten. “Ik kan ouders al in bijeenkomst twee vertellen dat de verloskundige er zal zijn in de vierde bijeenkomst, en die alvast inseinen met een vraag. En als je zorgen hebt over een ouder, kun je die met elkaar bespreken. Natuurlijk vragen we eerst aan de ouder of die dat goed vindt.” Bij aanvang worden alle docenten getraind. Aanvullend is er een jaar-

lijkse gezamenlijke intervisie en deskundigheidsbevordering. De opzet van de cursus ligt vast in een draaiboek van 350 kantjes, zodat ieders rol duidelijk is - en de cursus straks wetenschappelijk te evalueren is. Want dat is wél de bedoeling.

Stroomlijnen

Sylvia Nossent van stichting Babywerk was één van de mensen die alweer bijna tien jaar geleden aan de basis

stond van de cursus. “We zagen dat er zoveel aanbod was van cursussen. Deze kwamen en gingen weer, het was allemaal zo versnipperd. De gemeente Amsterdam vroeg ons advies hoe dit te stroomlijnen. We hebben toen de nieuwe cursus opgebouwd uit de beste elementen van bestaande cursussen en informatie toegevoegd over hechting en ouderschap, dit alles gebaseerd op wetenschappelijke kennis. We hoefden niet het wiel opnieuw uit te vin-



den. Wél wilden we zorgen dat er onderzoek kon komen naar zwangerschaps cursussen. Want we dénken weliswaar dat die effectief zijn, maar we weten het eigenlijk niet.”

dat ze maar één cursus hoeven te volgen waar van alles in zit: beweging, voorbereiding op de bevalling én op het ouderschap. Er is geen enkele andere cursus die dit biedt. De cursus werd in

aandacht geven aan zijn kind. De kracht van de groep is dan dat vaders elkaar steunen, ik hoef dat proces alleen maar op gang te helpen. Na afloop maken ze vaak meteen een eigen vader-app-groep aan.”

Docenten

Docenten van de cursus, georganiseerd door SAG-JGZ Amsterdam, zijn Ineke van Straeten, babypedagoog en lactatiekundige Ludger Veenker, jeugdverpleegkundige Sharon Schouten en Roos Hagt, oefentherapeuten Mensendieck Marieke van Luijn en Myrna Goudsmit, verloskundigen en lactatiekundige Hans Götze, trainer, speltherapeut en vadercoach.

Onderzoek

Onderzoek naar de effectiviteit van de cursus kan volgens Nossent plaatsvinden zodra meer gemeentes 'Zwanger, Bevallend, een Kind' gaan aanbieden. Procesonderzoek is overigens al wel uitgevoerd: de cursus wordt door de ouders positief geëvalueerd. In de eerste bijeenkomst schrijven ze hun doelen op en tijdens de laatste bijeenkomst blikken ze terug: de doelen worden bijna altijd gehaald. Ze waarderen het

2016 door 112 ouders gevolgd en met een 7,4 gewaardeerd. Nossent: “We denken dat het cijfer nog hoger uit zou kunnen vallen, maar we hadden in 2016 te kampen met wat organisatorische problemen. In dat jaar hebben we de cursus teruggebracht van tien naar acht bijeenkomsten.” Hoog gewaardeerde onderdelen van de cursus zijn 'contact met je baby' en de vaderbijeenkomsten.

Vaders

Aan het begin van de cursus zeggen de aanstaande vaders vaak dat ze meegekomen zijn met hun vrouw. Aan het einde zien ze dat heel anders. Opvoedcoach Hans Götze: “Tijdens de speciale vaderavonden, ongeveer halverwege de cursus, komen er binnen korte tijd mooie gesprekjes op gang tussen de vaders. We bekijken samen de prachtige korte film van Niels van Koevorden: 'Ik stond erbij'. Dat maakt al veel los. We hebben het over onderwerpen als werk en inkomen, steun geven tijdens de bevalling, de relatie met je kind en je partner, je eigen vader en over seksualiteit. De vaders delen hun angsten en verlangens met elkaar. Ik herinner mij bijvoorbeeld een vader die zich realiseerde dat hij van zijn eigen ouders nooit aandacht had gehad. Hij vroeg zich af hoe hij dat zelf zou gaan doen:

Landelijk

Recent is de cursus opgenomen in de Databank Effectieve Interventies van het Nederlands Jeugd Instituut NJI. Nu de cursus is erkend als theoretisch goed onderbouwde interventie, wil stichting Babywerk landelijk gaan implementeren. Nossent: “De grootste uitdaging zit op dit moment in het overtuigen van de gemeentes. Je hebt een lange adem nodig. Gemeentes hebben een wettelijke plicht 'iets' te doen aan prenatale voorlichting. Dat kan van alles zijn: een folder uitbrengen is bij wijze van spreken al voldoende. De laatste jaren is er overal bezuinigd op het aanbod van zwangerschaps cursussen door gemeenten. We vinden het hoog tijd aan te tonen dat goede voorbereiding op het ouderschap loont en zich terugbetaalt in de gezondheid van kinderen. Met de cursus 'Zwanger, Bevallend, een Kind' hebben we de voorwaarden geschapen hier aan bij te dragen. Als er straks voldoende gemeentes meedoen, hopen we ook te kunnen starten met het effectonderzoek. Vanaf dan kunnen we hopelijk nog véél meer ouders bereiken.”

auteursinformatie

Rachel Verweij (verweij@hech-teband.nl) is freelance journalist en draagdoekconsulent. Dit artikel wordt u aangeboden door stichting Babywerk: www.babywerk.nl

