

Mother and Father for the First time Greve, Denemarken

Door Ninja van der Honing
2015

Het programma 'MotherandFatherfor the First time' wordt aangeboden in Greve, een gemeente in Denemarken van ongeveer 48.000 inwoners. Denemarken legt de nadruk op preventie en vroege interventie om zo het ontstaan van problemen te voorkomen. Dit is ook terug te zien in aanbod voor ouders van de gemeente Greve. Er worden verschillende vormen van hulp en ondersteuning aangeboden aan ouders die gericht zijn op preventie en het versterken van de eigen kracht. Mother & Father for the First time, kortweg Mother & Father, is daaréén van. Dit programma richt zich op vaders en moeders die voor het eerst ouder worden en het bestaat uit verschillende groepsbijeenkomsten die beginnen tijdens de zwangerschap en ongeveer 1,5 jaar na de geboorte eindigen. In de bijeenkomsten worden verschillende opvoedthema's behandeld waarover de ouders samen kunnen praten, ervaringen kunnen delen en kunnen leren van elkaar. Het programma is een Deense variant van het Zweedse Leksand model, waar ook aanstaande ouders bij elkaar komen om belangrijke opvoedonderwerpen te bespreken, ervaringen uit te wisselen en hun vaardigheden te ontwikkelen. Ook hier komen zowel de moeder als de vader mee. Omdat dit model in Zweden succesvol wordt toegepast en de resultaten veelbelovend zijn, is in Greve besloten om met een programma te starten dat gebaseerd is op het Zweedse model en wordt het programma Mother&Father nu aangeboden aan aanstaande ouders.

Ouders worden geïnformeerd over het programma door de verloskundige. Ook via de website van de gemeente en via flyers en posters worden ouders op het programma geattendeerd. Als ouders geïnteresseerd zijn, kunnen zij zich aanmelden voor een groep. In principe kan elk aanstaand ouderpaar zich aanmelden voor het programma. De enige voorwaarden zijn dat zowel de moeder als de vader mee komt en dat er geen sprake is van te complexe problematiek. Voor deze ouders is een intensievere begeleiding meer geschikt. In totaal zijn er acht groepsbijeenkomsten en de eerste bijeenkomst start voor de geboorte. De groep wordt begeleid door een health visitor*, deze stuurt de groep en de groeps gesprekken. Voor elke groepsbijeenkomst is een thema dat centraal staat. Zo wordt er bijvoorbeeld op een bijeenkomst voor de geboorte gepraat over borstvoeding en verwachtingen over het ouderschap. Andere onderwerpen die aan bod komen zijn financiën, hoe het is om vader of moeder te zijn en hoe je communiceert met je kind. Deze onderwerpen worden op een vrije manier ingevuld, dit is afhankelijk van de groepsleider en de ouders. Door samen erover te praten, te discussiëren en ervaringen uit te wisselen wordt er geprobeerd om ouders meer zelfvertrouwen te geven over hun rol als ouder en zo een goede ontwikkeling van het kind te stimuleren. Ook ontstaat er door deze bijeenkomsten een 'wij-gevoel' in de groep. Ouders hebben de mogelijkheid om ervaringen te delen met andere ouders die dezelfde moeilijke, maar ook vaak leuke momenten meemaken tijdens hun eerste jaren als ouder. Naast dit informele sociaal netwerk maken ouders ook kennis met de mogelijke zorg en ondersteuning die zij in de gemeente kunnen krijgen. Tijdens de bijeenkomsten komen verschillende professionals langs, zoals een voedingsconsulent en een psycholoog. Zij vertellen aan de ouders wat zij doen en wat zij kunnen betekenen voor hen. Op deze manier weten de ouders wat er aangeboden wordt in de gemeente en waar zij naar toe kunnen gaan met bepaalde vragen.

1. Waarom een goede praktijk?

Mother&Father heeft de Zweedse Leksand methode overgenomen in het programma Mother&Father. Hoewel het model in Denemarken helaas nog niet is geëvalueerd, heeft het model in Zweden verschillende evaluaties ondergaan in verschillende onderzoeken. Deze studies laten positieve resultaten zien over het model: de tevredenheid is groot, de groepen zijn vaak hecht en blijven elkaar ook na de bijeenkomsten zien. Het participeren van de vaders wordt als sterk

punt genoemd, evenals het hebben van een vaste groep, het starten voor de bevalling en het stimuleren van de eigen kracht van de ouders. Naast deze evaluaties wordt ook aan de ouders om feedback gevraagd en kunnen zij aangeven wat zij vonden van de bijeenkomsten. Dit gebeurt ook in Greve: ook daar kunnen de ouders feedback geven op de bijeenkomsten. De ouders uit de eerste groep geven aan erg enthousiast te zijn over de bijeenkomsten en dat het erg goed met hen gaat.

De implementatie in de vorm van Mother&Father in Denemarken laat zien dat het model bruikbaar is in een andere context. In Greve is wel een aantal aanpassingen gemaakt om het in de Deense context succesvol te laten zijn. Zo heeft Greve een stuk meer inwoners dan Leksand en is de gezondheidszorg anders geregeld. De ziekenhuizen staan meer los van de gemeente en er zijn andere regels in Denemarken. Door kleine aanpassingen te maken was het model ook toepasbaar in de Deense situatie.

Uit de evaluaties in Zweden blijkt dat het programma voor blijvende resultaten zorgt. In Greve is Mother&Father als een pilot begonnen in 2010. Na dit pilotproject werd het programma gestopt. De lokale politiek is echter geïnteresseerd geraakt in het programma en daarom is het programma in 2012 opnieuw gestart.

2. Waarom een goede preventieve en omgevingsgerichte praktijk?

1. Aansluiten bij de leefsituatie, leefstijl, leefomgeving van buurtbewoners om hun eigen kracht te kunnen gebruiken

Laagdrempeligheid

Mother&Father heeft een laagdrempelig karakter. Dit wordt bewerkstelligd door alle toekomstige ouders uit te nodigen om deel te nemen aan het programma. Bijna iedereen kan mee doen, het programma is niet voor een 'speciale' doelgroep. Alleen ouders met complexe problematiek kunnen niet deelnemen aan het programma, omdat zij een ander soort begeleiding aangeboden krijgen binnen de gemeente. Het contact leggen met deze brede doelgroep gebeurt in het netwerk en door het netwerk van de ouders. Als ouders bij de verloskundige of de dokter komen worden ouders op het programma geattendeerd door middel van posters en flyers. Verder worden de ouders ook door deze professionals geïnformeerd over het programma. Deze professionals worden dus ingezet om ouders te motiveren om deel te nemen aan het programma. Verder wordt geprobeerd om ouders in te laten zien dat zij er wat aan hebben. Het deelnemen aan het programma heeft een voordeel ten opzichte van het niet deelnemen. Een belangrijk punt dat benadrukt wordt bij de ouders is dat het programma niet voor 'speciale' ouders is, maar voor alle ouders. Vaak zijn ouders in eerste instantie bang om deel te nemen aan het programma. Ze vinden het geen prettig idee dat ze iets speciaals nodig hebben of dat ze problemen hebben. Aan deze ouders wordt verteld dat het niet over problemen gaat, maar dat het meer gaat over het meer weten over het ouderschap en dat het voor elke ouder is. Dit zorgt ervoor dat ouders geïnteresseerder en meer relaxed zijn: het verlaagt de drempel om deel te nemen. Naast de brede doelgroep zijn ook de kosten een factor die zorgen voor laagdrempeligheid. Ouders kunnen gratis deelnemen aan het programma.

Tot slot zorgt het programma nog op een andere manier voor laagdrempeligheid. Door ouders nu alvast kennis te laten maken met verschillende professionals, wordt de stap lager om contact met hen op te nemen. Als ouders later problemen krijgen weten ze wie ze kunnen bellen of waar ze heen kunnen gaan. Ze zijn niet meer bang om vroegtijdig hulp te vragen op het moment dat de problemen nog relatief klein zijn.

Focus op eigen kracht

Een sterk punt van het programma is dat het zich richt op het versterken van de eigen kracht van de ouders. Door bepaalde thema's in de groepsbijeenkomsten te bespreken weten de ouders meer van het onderwerp af en weten ze ook hoe ze kunnen handelen. Zo wordt er bijvoorbeeld in de bijeenkomst acht weken voor de geboorte gepraat over het voeden van het kind en over borstvoeding. Hierdoor weten de moeders hoe ze hun kinderen moeten voeden en kunnen ze het zelf doen op het moment dat het kind geboren is. De groepsbijeenkomsten hebben uiteindelijk als doel dat de ouders het na een tijdje alleen kunnen doen. Na 2 of 3 kinderen hebben ze het programma niet meer nodig, ze hebben dan hun eigen kennis en ze weten hoe ze het moeten doen. Het programma richt zich dus erg op het zelfvertrouwen van de ouders. Dit wordt benadrukt door de groepsleider van Mother&Father:

“Een erg belangrijk onderdeel is, dat de vader en de moeder in zichzelf geloven. Dat ze een goed gevoel in hun lijf krijgen, het gevoel dat zij degene zijn die het beste voor hun kind kunnen zorgen. En wij steunen dat dus de hele tijd, waardoor ze elke dag een beetje groeien. Ze krijgen vertrouwen en comfort en het is erg belangrijk dat ze diep in hun hart geloven dat ze de beste vader en moeder zijn en dat ze het erg goed doen. Dat gevoel, hun zelfvertrouwen, is erg belangrijk!”

4. Signaleren van risicosituaties en ingrijpen waar nodig om erger te voorkomen

Multidisciplinair werken

Een belangrijk aspect bij het programma is de multidisciplinaire insteek. Zoals gezegd worden artsen en verloskundigen ingezet om ouders te attenderen op het programma. Het inzetten van andere disciplines wordt als belangrijk, maar ook als een grote uitdaging gezien. In Denemarken werken de professionals anders samen dan in Zweden, waar het Leksand model oorspronkelijk vandaan komt. In Denemarken wordt minder nauw samengewerkt met bijvoorbeeld de verloskundigen. Daarom wordt er in Greve veel op de deur geklopt bij verloskundigen en artsen: ze worden gebeld, er worden posters opgehangen en er worden flyers neergelegd die doktersassistenten kunnen uitdelen aan toekomstige ouders. Op deze manier worden dus andere disciplines ingezet bij het programma. Dit gebeurt ook nog op een andere manier, namelijk door het uitnodigen van professionals op de groepsbijeenkomsten. Zoals gezegd kunnen ouders dan al kennis maken met verschillende professionals, zodat de stap lager wordt om later contact met hen op te nemen. Voor de professionals is dit een kans om te laten zien wat voor werk zij doen en wat zij voor de ouders kunnen betekenen. Het is dus voordeliger voor zowel ouders als de professionals die langs komen.

Overige sterke punten

Naast deze preventieve en omgevingsgerichte punten van Mother&Father heeft het programma nog een aantal andere kenmerken die het tot een succes maken.

Vaders erbij betrekken

Het programma is voor moeders én voor vaders. Het betrekken van de vader in het programma zorgt ervoor dat de ouders samenwerken als een team. De groepsleiders hebben ervaren dat het een erg goed idee is dat moeders en vaders dezelfde dingen leren:

“We hebben ervaren dat het een erg goed idee is dat moeders en vaders dezelfde dingen leren. En de vader kan met andere vaders praten over hun eigen ontwikkeling als een vader. Een koppel zei ooit: Als ik naar huis was gegaan en aan mijn echtgenoot had verteld wat ik heb gehoord vanavond zou hij me niet geloven. Ze vond het geweldig dat hij hetzelfde verhaal had gehoord. En dat ze samen staan in het ouder worden.”

Het programma wordt aan het eind van de middag aangeboden, zodat ook vaders, die overdag vaak werken, mee kunnen komen. Dat is belangrijk, want op deze manier krijgen vaders dezelfde informatie en krijgen ook vaders de mogelijkheid om andere ouders te ontmoeten. Bovendien kan er gediscussieerd worden over verschillende onderwerpen. De vaders die mee doen met Mother&Father zijn vaak erg geïnteresseerd in het vader zijn en willen graag meer leren over hoe ze hun kind kunnen ondersteunen. Bovendien neemt een kind gedrag over van zowel de moeder als de vader.

De ervaring leert dat een kind van 4 á 5 jaar oud ander, positief gedrag laat zien, omdat de vader er vanaf het begin is geweest.

Vroege start

Het succes van Mother&Father kan voor een deel verklaard worden door het vroege begin van de bijeenkomsten. Alle ouders die voor het eerst ouder worden, worden uitgenodigd voor Mother&Father. Dus voordat er iets is gebeurd, komen ouders al bij elkaar. Dit vroege begin is één van de redenen waarom het programma is gekozen in Greve. Ouders zijn door dit vroege begin veel beter voorbereid op het aanstaande ouderschap. Ze leren voor de geboorte al heel veel, bijvoorbeeld over borstvoeding, en ze kunnen al reflecteren op hun nieuwe rol als ouder.

Wat moet je kunnen?

Bij Mother&Father leidt een health visitor de groepsbijeenkomsten. Hiervoor heb je de opleiding tot health visitor nodig. Voordat je dit kunt worden moet je eerst als verpleegster gewerkt hebben. Als verpleegster ben je gewend om met veel mensen te praten, zowel met ouders als met kinderen. Deze ervaring heb je nodig om de groepsbijeenkomsten te kunnen leiden. Daarnaast moet je geïnteresseerd zijn om iets speciaals te doen. Door bijvoorbeeld ouders te stimuleren om door te gaan en interesse te tonen in hun leven. Hierbij is het wel belangrijk dat je niet je rol als professional vergeet.