



Van kinderwens tot ouderschap

# PRAAT

erover!

Hoe vaak heb jij het er al over gehad?

6

2

Heb je kinderen?

Nee

Zou je kinderen willen?

Ja

Ja

Misschien

Nee

### Ouderschap:

- Ben je de ouder die je zou willen zijn?
- Heb je vragen of zorgen? Praat erover!
- Je kunt ook een online module volgen: 'Focus op je leven' 'Over ouderschap'

### Kinderen:

- Wat gaat er allemaal goed?
- Heb je vragen of zorgen? Praat erover!
- Je kunt ook een online module volgen: 'Focus op je leven' 'Over ouderschap'

*Hulpverleners doen bij elke cliënt een kind-check*

### Meer kinderen?

- Praat erover! Je kunt ook een online module volgen: 'Kinderwens?'

*Hulpverleners kunnen het ouderschap-praatpapier gebruiken.*

### Je wil kinderen

- Welke vragen heb je?
- Heb je al een idee wanneer?
- Wat vinden mensen in je omgeving? Praat erover!
- Je kunt ook een online module volgen: 'Kinderwens?'

### Je wil (nog) geen kinderen

- Nooit kinderen of nog even niet?
- Hoe is je besluit tot stand gekomen?
- Seksualiteit/veilig vrijen/anticonceptie:
- Project GGD 'Nu niet zwanger' (in ontwikkeling) Praat erover!

### Je wil misschien kinderen

- Waarover twijfel je?
- Heeft het met je eigen problemen te maken? Praat erover!
- Je kunt ook een online module volgen: 'Kinderwens?'

Voor alle mensen met een kinderwens, voor alle ouders en voor alle kinderen zijn bij GGzE veel extra mogelijkheden voor ondersteuning. Praat er met elkaar over. Kijk ook op de achterzijde.

## Extra ondersteuningsmogelijkheden:

### Online modules

- **Focus op je leven**  
Gaat over de vijf levensgebieden.
- **Over ouderschap**  
Cursus of coaching, met informatie, oefeningen en tips.
- **Kinderwens?**  
Helpt nadenken over een kinderwens. Ook als je al kinderen hebt.

- **Baby Extra**
- **Ouder-baby/ouder-kind interventie**
- **KOPP groepen**
- **Sterke Moeders**
- **Thuisbegeleiding**

GGzE heeft veel (ook preventieve) mogelijkheden. Hulpverleners kunnen het entreeteam raadplegen of in de oudergroep op Lisa kijken (**Rondom het kind**).

Praten met een **ervaringsdeskundige ouder** kan je ook helpen.

De overheid verplicht hulpverleners een **kindcheck** te doen bij elke cliënt. GGzE heeft hiervoor aandachtsfunctionarissen.

Voor hulpverleners is er de ouderschapsgroep op **Lisa**.

Voor hulpverleners is er een **Ouderschap praatpapier** met handvatten voor gesprek over ouderschap, kinderen en Kind-check

Er is nu een **ouderschapsteam**. Voor alle vragen kunnen hulpverleners contact opnemen met **ouderschap@ggze.nl** voor alle overige vragen kunnen hulpverleners terecht bij het entreeteam.

## Van kinderwens tot ouderschap

Bij GGzE is er aandacht voor de hele mens. Ouderschap en kinderen hebben invloed op alle facetten van je leven. Daarom komt dit altijd aan bod tijdens de behandeling. Ook een eventuele kinderwens. Praat erover! Het kan het volgende opleveren:



- Vragen en zorgen over kinderen kunnen gedeeld worden
- Ouders kunnen sterker worden in hun ouderschap
- Ouders kunnen geholpen worden na te denken over (meer) kinderen
- Ouders en hun kinderen kunnen informatie en steun krijgen
- Kinderen en jongeren kunnen geholpen worden te begrijpen wat de aandoening en behandeling van vader of moeder is en hoe ze hier, voor zichzelf, mee om kunnen gaan

## Heb je kinderen? Ja/nee

Iedereen praat graag over zijn kinderen. Dat is moeilijker als het (misschien tijdelijk) niet goed gaat. Praat erover!

- Begin er zo vroeg mogelijk in de behandeling mee. Praat door over de leeftijden van de kinderen, over hun schoolwerk en sociaal netwerk
- Wat gaat er goed met de kinderen en waar heb je zorgen over? Wat vind je makkelijk of moeilijk, leuk of minder leuk aan de zorg en opvoeding?
- Hoe vind je jezelf als vader of moeder? Zitten eigen problemen hierbij in de weg? Waarmee zou je geholpen kunnen worden?



## Zou je (meer) kinderen willen? Ja/nee/weet niet

Praat erover! Er zijn best wel vooroordelen over kinderen krijgen als iemand psychische problemen heeft. Angst en onzekerheid kan iemand weerhouden hierover na te denken.

- Hoeveel slaap, ik-tijd en rust heb je nodig om in balans te blijven?
- Hoe zou dat gaan bij een zwangerschap en hoe als er een kind is?
- Hoeveel prikkels kan je aan en hoe zal dat zijn met een kind?
- Wat betekent het krijgen en niet-krijgen van een kind voor je?
- Heb je vragen over medicatie in relatie tot zwangerschap?
- Wat heeft een kind nodig om zich te kunnen ontwikkelen en kan jij dat aan?
- Op wie kan je rekenen voor hulp, bij de mensen om je heen?
- Wat voor invloed hebben je eigen problemen op het zorgen voor een kind?