



In Groningen stad biedt de Jeugdgezondheidszorg sinds 2017 Centering Parenting-groepen aan. Jeugdverpleegkundige Wilma Helmantel is een van de trekkers. “Ons streven is dat er elke maand een nieuwe groep start in de stad. Zodat alle ouders in Groningen die dit willen, zich bij een groep kunnen aansluiten.”

Wat brengt deze aanpak?

“Het consultatiebureau is al bijna 120 jaar hetzelfde, maar de tijden zijn veranderd en dat vraagt om een nieuwe benadering. De samenleving is individualistischer geworden en ouders voelen zich er vaak alleen voor staan.

Ook willen mensen nu meer dan vroeger hun eigen keuzes maken. Met Centering Parenting spelen we in op de behoefte van ouders om van elkaar te leren en zelf afwegingen te maken als ouders en opvoeders. Voor ouders die uit andere landen komen, zijn deze groepen ook heel prettig. Ze ontmoeten Nederland-

se ouders en leren zo veel over het leven in Nederland met een kind.”

Wat brengt het jou als professional?

“Het geeft mij meer plezier in mijn werk. Bij individuele consulten is er minder tijd om echt met ouders te praten over wat ze bezighoudt. De groepsbijeenkomsten bieden daar meer gelegenheid voor en is er volop ruimte voor interactie. In de training leerde ik om meer achterover te leunen als professional. Ik slik mijn adviezen in en probeer antwoorden en oplossingen uit de groep zelf te laten komen. Het

'Deze aanpak geeft mij meer plezier in mijn werk'



ze niet overal aan mocht komen. Een ander zei: 'Ik ben veel te moe om dat vol te houden, dan verhuis ik liever alles wat kwaad kan naar een plek waar mijn kind er niet bij kan.' Alle perspectieven komen in zo'n gesprek voorbij. Ouders doen daar hun voordeel mee, door uiteindelijk zelf te bepalen wat bij hun gezin past."

verrassende is: dit gebeurt! Vaak hoef ik alleen maar samen te vatten en te bevestigen dat het aansluit bij het advies van de JGZ. Gezondheidsinformatie blijkt bij mensen op deze manier ook beter te blijven hangen."

Wat is voor ouders de meerwaarde van zo'n groep?

"Ouders vinden het heel leuk om andere ouders te ontmoeten. Zij bepalen zelf waarover ze het willen hebben. Ze schrijven dit voor de bijeenkomst op de flap-over. Meestal zijn het vragen die andere ouders ook hebben. Je ziet je kind in een groep met leeftijdsgenoten. De een kan dit, de ander kan dat, en toch gaan ze allemaal ongeveer gelijk op. Dat stelt gerust en geeft vertrouwen. Door de groep kunnen ouders zelf ontdekken, dat niet elk kind en niet elke ouder hetzelfde is en dat dit ook niet hoeft."

Noem eens een voorbeeld...

"Laatst vroeg een ouder 'hoe kind-veilig maken jullie je huis?'. Eén ouder wilde haar kind gewoon leren dat

Kunnen zwaardere onderwerpen wel aan bod komen?

"In de groep is de openheid juist heel groot! We hebben diverse spelvormen om onderwerpen op een veilige manier bespreekbaar te maken. 'Wat geeft jou spanning?' was laatst een thema. 'Ik kom amper aan mezelf toe', zei iemand. Natuurlijk waren er meer ouders die daarmee worstelden. Voor deze gesprekken heb je juist meer tijd dan gewoonlijk. En natuurlijk blijf je als jeugdverpleegkundige alert op signalen. Als ik me zorgen maak om iemand, maak ik een individuele afspraak of ga ik op huisbezoek."

Was het lastig om deelnemers te werven?

"Snel was duidelijk dat veel afhangt van je eigen houding. Breng je het nog wat aarzelend en als iets 'nieuws': dan haken ouders snel af. Maar breng je het als een leuke, extra mogelijkheid dan is er belangstelling. Het helpt om erbij te zeggen, dat ze desgewenst altijd nog een individuele afspraak kunnen maken. Het werven vraagt om een investering. Heeft de arts een afspraak met ouders die in een groep passen? Dan vraag ik of zij ze ook nog even over die mogelijkheid vertelt. Soms is een moeder terughoudend van wie ik juist denk dat ze er veel aan kan hebben. Die spreek ik nog eens extra aan. Twijfelt iemand of het wat voor haar is? Dan nodig ik haar uit om een keer mee te doen. Dat werkt."

Welke tips heb je voor collega's in het land?

"Loop eens mee met een collega die al Centering Parenting doet en ervaar hoe leuk het is! Gaat jouw organisatie ermee aan de slag, dan moet je er met z'n allen wel echt voor gaan. Vooral het werven en plannen vergt veel inzet. Het is daarom belangrijk dat de neuzen dezelfde kant op staan."