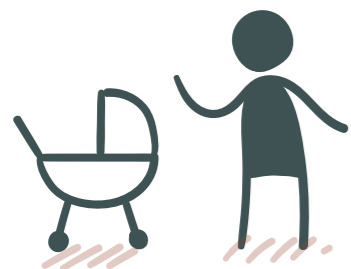


WIL JE OOI**T** **KINDEREN**?
DAAROVER NADENKEN HOEFT
NIET ALLEEN.

WIL
JE VANDAAG MET
MIJ OVER HET ONDERWERP
KINDERWENS PRATEN?

**WAAROM WEL OF
WAAROM NIET?**
ZIJN ER
BELEMMERINGEN?

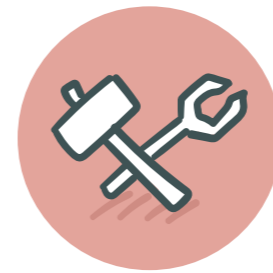
WAT
HEB JE
NODIG?



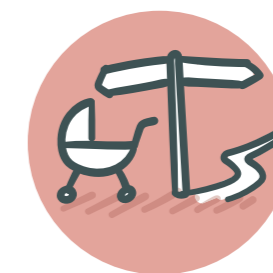
ALLEDAAGSE
STEMMING



GELOOF



PRAKTISCH



GEEN KINDEREN



PARTNER?



THUIS



OMGEVING



(GROOT) OUDERS



LICHAMELIJKE
GEZONDHEID



TRAUMA



SEKSUALITEIT



LEEFTIJD



VERLOOP
ZWANGERSCHAP



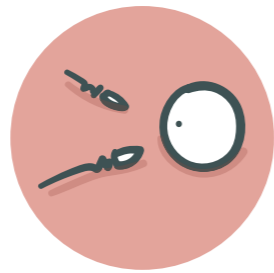
BEVALLING



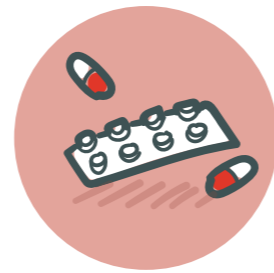
KRAAM
PERIODE



ERFELIJKHEID



VRUCHTBAARHEID



MEDICATIE



VEERKRACHT
& BALANS



JOUW
LEVENSLIJP



GELD



SLAAP



OPVANG



UITGAAN

MEER
INFORMATIE:



Voor iedereen:



www.momentum-study.nl

Voor professionals:



www.momentum-study.nl

olvg
een santeon
ziekenhuis

umcg

MIND

ZonMw



Het doel van deze praatplaat is om makkelijker te kunnen praten over kinderen krijgen en ouderschap, in relatie tot psychische problematiek. De voorbeeldvragen zijn geschreven voor professionals, maar kun je ook voor jezelf onderzoeken. Tips voor jouw houding kunnen hierbij helpen. Je kunt deze vragen gebruiken of het op je eigen manier doen, onderzoek wat bij jouw doelgroep, vanuit jouw beroep past en bij jou persoonlijk past.

WIL
JE VANDAAG MET
MIJ OVER HET ONDERWERP
KINDERWENS PRATEN?

**WAAROM WEL OF
WAAROM NIET?**
ZIJN ER
BELEMMERINGEN?

Mensen met (verleden van) psychische klachten gaven aan dat ze het waarderen om toestemming te geven om te praten over kinderwens. Het is belangrijk toestemming te vragen, zonder het zwaar te maken: het doel is juist de drempel te verlagen.

Voorbeeld vragen:

- Jij kiest helemaal zelf over of je kinderen wil krijgen.
- Ik ben nieuwsgierig naar hoe dit voor jou is. Ik ben nieuwsgierig naar wat jij wil.
- Kunnen we het daar over hebben?
- Zou je er nog iemand bij willen hebben als we dit bespreken (naaste, partner)?

Tips voor jouw houding:

Hoe is jullie contact, is dit contact voldoende vertrouwd om dit gesprek te hebben? Wees je ervan bewust dat mensen makkelijker "nee" of "een andere keer" zeggen als je heel snel de optie nee aanbiedt. Je ontnemt ze daarmee ook de kans dit open te bespreken. Zoek de balans tussen toestemming vragen en vergemakkelijken dit te bespreken.

De iconen geven weer welke redenen zijn genoemd door mensen met psychische klachten. De iconen kun je als leidraad gebruiken om te verkennen wat er speelt in deze situatie.

Voorbeeld vragen:

- Wanneer zou je kinderen willen?
- Zijn er ook redenen waarom je geen kinderen wil?
- Hoe is jouw leven gelopen en hoe passen kinderen daarbij?

Tips voor jouw houding:

Het doel is met elkaar in gesprek gaan over kinderen krijgen en wat er nodig is. Wees je bewust dat je (waarschijnlijk) een oordeel hebt. Hoe kun jij toch open en nieuwsgierig zijn?

Denk aan het eventueel benoemen van praktische zaken: kosten/inkomen, huis, voorzieningen babykamer, luiers, flessen, voeding, speelgoed. En ook psychosociale aspecten zoals netwerk, het sociale leven, school/werk, ziekte en vermoeidheid.

Kinderwens is een samenspel van fantasieën over de toekomst, angsten (uit het verleden of voor de toekomst) en de balans daartussen.

Voorbeeld vragen:

- Wil je ooit moeder/vader worden?
- Hoe ziet jouw leven eruit met een kind?
- Wat zegt je verstand?
- Wat zegt je gevoel?

Tips voor jouw houding:

Mensen willen graag voor iets zorgen. Iets van zichzelf, voor zichzelf. Maak ruimte om het daarover te hebben. Als iemand geen kinderen wil kun je in gesprek gaan over wat dat betekent voor iemand. Creëer samen weer perspectief.

Naast een goed gesprek, zijn er vele hulpbronnen beschikbaar rondom het vervullen van een kinderwens, het voorkomen van een zwangerschap of het verder ontdekken van de eigen wensen op dit gebied. Zie ook de links naar websites.

Voorbeeld vragen:

- Is er iets waar je hulp bij zou willen/ waar je meer over zou willen weten?
- Is er iets dat je wil opzoeken?
- Is er iets dat ik voor je kan uitzoeken?

Tips voor jouw houding:

Bespreek de rol van het persoonlijke, het professionele maar ook het semi-professionele netwerk (vrijwilligers). Realiseer je dat deze vraag moeilijk is voor mensen die (tijdelijk) geen overzicht hebben. Denk ook mee in anticonceptie indien er geen kinderwens is of verwijst.

WENS
HEB JE AL EENS NAGEDACHT
OVER KINDERWENS?

WAT
HEB JE
NODIG?