

Mentoren helpen kwetsbare meisjes

GGD Fryslân begint een nieuw project om ongeplande zwangerschappen te voorkomen, door meer expertise te brengen bij hulporganisaties en anticonceptie te bekostigen. Kira (25) raakte onverwachts zwanger.

„Ik raakte in paniek.”

• **Ongewenst zwangere vrouwen krijgen eerder hulp**

• **Wouter Hoving**

Leeuwarden | Toen Kira (25, niet haar echte naam) er een klein jaar geleden achter kwam dat ze zwanger was, droeg ze al 33 weken een kindje. Ze had de hele nacht last gehad van harde buiken en was de volgende dag naar de huisarts gegaan. Die gaf haar de opdracht een test te doen en urine in te leveren. Ondanks het gebruik van de anticonceptiepil bleek ze zwanger.

De relatie met haar vriend was kort daarvoor afgelopen. Ook op haar ouders, van Oost-Afrikaanse afkomst, kon Kira niet terugvallen. „Een zwangerschap zonder huwelijk is niet normaal binnen de cultuur en het geloof”, zegt ze. Ze kwam bij gebrek aan een veilig thuis terecht bij Fier in Leeuwarden, in een opvang voor vrouwen die te maken hebben met geweldsdelicten.

„Toen ik erachter kwam dat ik zwanger was, vond ik dat heel zwaar”, zegt Kira geëmotioneerd. „Ik kon het eerst niet geloven. Het was heel erg schrikken om te weten dat je over een paar week gaat bevallen. Ik kon een kind van 33 weken niet laten weghalen. Ik ben nu heel gelukkig met haar, maar op dat moment had ik dat liever wel gedaan.”

Bewuste keuze

Met het nieuwe projectplan Nu niet zwanger wil de GGD Fryslân vrouwen als Kira al in een eerder stadium begeleiden. „Vaak is het krijgen van een kind bij de kwetsbare groepen iets wat hen overkomt. Het is niet zo'n bewuste keuze als je ze zou gunnen. Een mevrouw die ongepland zwanger raakte zei tegen mij: 'Ik maakte me al zo druk over alles. Ik had geen moment gedacht dat ik ook dááaraan moest denken'”, vertelt GGD-projectleider Margreet van der Meijde.

Met het nieuwe project stelt de GGD 'aandachtsfunctionarissen' aan binnen verschillende wijkteams, verslavingszorg en hulporganisaties als het Leger des Heils, MEE en Fier. Die functionarissen wordt geschoold om het gesprek aan te gaan met kwetsbare personen over de kindwens, seksualiteit en geschikte anticonceptie. Ook moet deze persoon het thema meer onder de aandacht brengen bij zijn of haar collega's binnen de organisatie.

„Zo'n gesprek over een kindwens en anticonceptie wordt vaak geschuwd”, zegt Van der Meijde. „Met

dit programma is het de bedoeling dat de hulpverlener echt naast de cliënt komt te staan. Niet van: 'maak maar een afspraak bij je huisarts'. Maar echt met diegene meegaan naar de afspraak. Want veel cliënten halen een spiraaltje of pil wel op, maar laten het vervolgens op het nachtkastje liggen.” Voor de bekostiging van anticonceptie voor kwetsbare groepen is vanuit het projectplan budget. Veel van de kwetsbare personen hebben te maken met schulden, waardoor anticonceptiekosten – wat van het eigen risico afgaat – te zwaar op hun budget drukt.

Afstaan

Voor Kira uit Leeuwarden kwam haar dochter ook onverwachts. Ze zocht hulp bij Veilig Thuis en stond haar dochter na de geboorte af aan een pleeggezin. „Ik besloot dat het beter was om helemaal afstand te houden van het kind. Ik wist nog helemaal niks en raakte in paniek.”

Na de bevalling miste Kira haar dochter erg, ook al kon ze wekelijks met de pleegouders videobellen. „Ik kon ineens niks zonder het kind. Het

Op een eigen plekje samen zijn met mijn kind: dat is mijn droom

was heel zwaar.” Na zes weken, toen Kira bij Fier was opgenomen, kwam haar dochttertje bij haar terug. Bij de vrouwenopvang wordt ze begeleid in het opvoeden van haar dochter en het oppakken van haar leven.

Daar ontmoette Kira haar mentor vanuit Fier, Samantha Schrader. Zij begeleidt meerdere moeders, waarmee ze in gesprek gaat over hun zwangerschap. In Kira's groep zitten nog vijf andere meiden (en zeven baby's, waarvan twee nog ongeboren). „Vaak is er angst voor het moederschap.” Zulke vrouwen helpt Samantha – als ze er vroegtijdig bij zijn – ook in de keuze of ze het kind willen houden of niet. „Ze zijn bang dat ze het



Kira (op de rug gezien) en haar mentor Samantha. Foto: Fier, Jeroen van de Bovenkamp

helemaal alleen moeten doen. Dan zeggen wij: 'Je hoeft het nog niet alleen te kunnen. Wij gaan je helpen om het alleen te kunnen.’”

Samantha vindt het goed dat er een nieuw preventieprogramma is. Zij merkt dat er nog vaak misvattingen zijn bij jonge moeders, bijvoorbeeld als het gaat over de vruchtbaarheid. „We hebben ook wel jonge moeders op de groep gehad die dachten: als ik geen seks heb op mijn vruchtbare dagen, word ik niet zwanger. Of dat meiden elkaar tips geven: 'jij geeft nog borstvoeding, dus je kunt het nog veilig doen.' 'Je eisprong kun je gewoon uitrekenen.' Zulke dingen.”

Kira krijgt ondertussen steeds meer haar leven op de rit. Ze herstelde met de hulp van Fier-zorgverleners het contact met haar ouders, die ze verschrikkelijk miste. „Ik vond het eng, want ik kon me niet voorstellen dat ze mij zouden accepteren. En al helemaal niet met het kind.” Toch gebeurde dat.

Ook heeft ze zich weer ingeschreven voor de opleiding waar ze demeterende ouderen leert verplegen, iets waar ze mee stopte toen ze drie jaar geleden een relatie kreeg met de vader van haar dochter. Ook is de kinderopvang geregeld, is ze bezig met rijlessen en gaat ze binnenkort weer op zichzelf wonen. Kira: „Op een ei-

gen plekje samen zijn met mijn kind: dat is mijn droom.”

Mentor Samantha: „Het duurde haar eerst allemaal veel te lang en nu zegt ze 'Oh, wat gaat dat snel!'” Kira moet erom lachen. Zij heeft vrede met de situatie. „Ik geniet erg van mijn dochter, ik heb het goed met haar. Als ik zie hoe ze groeit en dingen ontdekt. Dan denk ik: het is goed geweest om hier te komen en een kind te krijgen. Als ik niet zwanger was geraakt, was ik misschien altijd al wel in die situatie gebleven. Mijn dochter heeft eigenlijk mijn leven gered.”

• www.chatmetfier.nl

Nu niet zwanger

Programma wordt al in 129 gemeenten gebruikt

Volgens de Fiom, specialistenorganisatie in ongewenste zwangerschappen, wordt een op de vijf vrouwen onbedoeld zwanger en is 68 procent van die zwangerschappen ongewenst. Hierdoor groeien sommige kinderen niet op in een veilige en liefdevolle thuissituatie.

Om die reden werd in 2014 het programma Nu niet zwanger voor het eerst uitgevoerd in Tilburg. Inmiddels zijn 129 gemeenten met het preventieprogramma bezig en zijn er ruim tweehonderd organisaties bij betrokken. Nu niet zwanger richt zich op kwetsbare vrouwen

(en ook mannen) die bijvoorbeeld te maken hebben met lichamelijke of psychische problemen, of die te maken hebben met een verslaving of huiselijk geweld. Het doel richting hulpverleners is dat zij meer bewust raken van het belang om onderwerpen als

kindwens, seksualiteit en anticonceptie te bespreken als normaal onderdeel van hun zorgverlening. Voor cliënten dat zij zich gehoord voelen en dat zij een bewuste keuze maken in hun kindwens. Op andere plaatsen waar het programma is uitgevoerd, kiest

ruim 80 procent van de cliënten om de kindwens uit te stellen door geschikte anticonceptie te gebruiken. Door het preventieprogramma zouden ook de kosten van uit huisplaatsingen en begeleidingstrajecten kunnen dalen, is de verwachting.