

Toolkit

Kinderen, waar kies ik voor?

**Mijn kind
wil een kind...**

**Informatiefolder voor ouders van
mensen met een verstandelijke
beperking en een kindwens**

Vraag een willekeurige persoon wat voor hem belangrijk is in zijn leven. Vaak zult u horen: gezondheid, geluk, vriendschap, liefde, geld, een baan, een huis, een kind. Bij mensen met een verstandelijke beperking is dit niet anders. Ook zij willen de gewone dingen die het leven aangenaam en zinvol maken. Ze willen meedoen in de maatschappij en erbij horen.

De aandacht binnen onze samenleving voor het gezin en de waarde die daaraan gehecht wordt, maakt dat ook mensen met een verstandelijke beperking het gevoel kunnen hebben dat zij zonder een kind niet compleet zijn. Je bent pas gelukkig als je kinderen hebt. Huisje, boompje, kindje: dat is toch het ideaalplaatje.

Misschien wil uw kind ook een kind en vraagt u zich als ouder af of dat wel verstandig is. Veel ouders van kinderen met een verstandelijke beperking zijn er huiverig voor om dit bespreekbaar te maken. Maar juist door er niet over te praten, kan er een sterke en eenzijdige gerichtheid op dit onderwerp ontstaan.

Wat kunt u doen als ouders?

Praat in een vroeg stadium en op een vanzelfsprekende manier over kinderen en ouderschap.

Wat moet je allemaal kunnen en doen als je moeder of vader bent? In de opvoeding van kinderen kunt u hen al op jonge leeftijd informatie hierover meegeven. Dat hoort bij het aanleren van adequaat sociaal gedrag. Bijvoorbeeld: als kinderen in de peuter/ kleuterleeftijd vaders en moeders spelen, kunt u er iets van zeggen als zij een pop laten vallen of te wild aanpakken. En als kinderen in de basisschoolleeftijd komen, kunt u praten over wat je zoal moet doen als ouder: je bed uitkomen als je kind huult, de was doen, eten koken, helpen met huiswerk, en ga zo maar door.

Praten over taken en verantwoordelijkheden van het ouderschap hoort onderdeel van de opvoeding van een kind te zijn. Ook van een kind met een verstandelijke beperking. Door al in een vroeg stadium en op een natuurlijke en ongedwongen manier over ouderschap te praten, krijgt een kind een reëler beeld van wat er allemaal bij komt kijken.

Geef op tijd goede seksuele voorlichting.

Kinderen komen steeds vroeger in aanraking met seksualiteit. Ook zijn zij op steeds jongere leeftijd zelf seksueel actief. Dit geldt evenzeer voor kinderen met een verstandelijke beperking.

Zodra een kind de puberleeftijd nadert, neemt seksuele voorlichting een belangrijke plaats in. Een kind hoort te weten dat je, wanneer je wel seks wilt maar geen kinderen, een voorbehoedsmiddel moet gebruiken. Dan moet zij of hij natuurlijk wel leren hoe je dat doet. Zo kan mogelijk een ongewenste zwangerschap voorkomen worden. Seksuele voorlichting kan een kind eveneens behoeden voor misbruik. Zij/hij moet weten dat seks tegen je zin niet hoort. En dat mensen niet zomaar aan je lijf mogen zitten.

Het is belangrijk dat een kind op tijd goede seksuele voorlichting krijgt. En op een dussdanige manier dat zij/hij het kan begrijpen. Vindt u dit zelf lastig, praat er dan over op school of met andere hulpverleners waar uw kind of uw gezin mee te maken heeft. Zij kunnen u daarbij helpen.

Praten over de toekomst is ook praten over wel of geen kinderen

Opvoeden houdt onder meer in dat ouders hun kinderen begeleiden om zo zelfstandig mogelijk te leren functioneren. Zo kunnen zij opgroeien tot volwassen mensen met hun eigen dromen en toekomstwensen.

Praten over de toekomst is een onderdeel van de opvoeding. Het kan betrekking hebben op alle levensgebieden: gezondheid, wonen, werken, vrije tijd, financiën, relaties en vriendschappen, familie en gezin. Door uw kinderen hun ideeën en wensen met u te laten delen, kunt u samen met hen verkennen wat zij moeten doen om deze wensen werkelijkheid te laten worden. Zo kan er een zinvol en reëel levensperspectief ontstaan.

Ook als uw kind een verstandelijke beperking heeft, is het belangrijk om te praten over haar/zijn toekomst en samen te kijken wat er daadwerkelijk mogelijk is. Hoe kun je bereiken wat je wilt? Wat kun je zelf? Wat valt er nog te leren? Waar heb je hulp van anderen bij nodig?

En ook: wat zijn je beperkingen; waar heb je rekening mee te houden?

U kunt samen met uw kind een toekomstplan maken: wat zou je willen, hoe en wanneer, en wie kan jou daarbij helpen? Op deze manier krijgt u een beeld van de wensen van uw kind en kunt u er met elkaar over praten wat zij/hij daar dan voor moet kunnen en of dat haalbaar is.

Als een kind met een verstandelijke beperking volwassen wordt, kan zij of hij de wens uiten een eigen kind te willen. Soms hoort u dat als ouder rechtstreeks. Uw kind vraagt u mee te denken of vraagt om steun. Het kan ook zijn dat zij/hij helemaal niet met zo'n vraag komt, maar dat u een verhoogde belangstelling bemerkt voor alles wat met baby's te maken heeft. U kunt ook ineens voor een voldongen feit komen te staan. Uw kind is zwanger en er zal besloten moeten worden of de zwangerschap al dan niet wordt uitgedragen.

Luister naar de wens van uw kind.

Als uw kind een kinderwens heeft, is het belangrijk om goed te luisteren. Dat is niet hetzelfde als goedkeuren of aanmoedigen.

Praat met elkaar over de betekenis van deze wens. Probeer erachter te komen of de wens voor een kind ook echt een verlangen is om ouder te worden. Misschien is het eerder een behoefte om erbij te horen, om warmte te voelen en genegenheid te kunnen geven en te kunnen ontvangen. Als dit laatste het geval is, kunt u samen met uw dochter/zoon bekijken of er mogelijk een bevredigend alternatief is.

Dit hoeft u niet in uw eentje te doen. Zoek contact met de hulpverleners die uw kind al ondersteunen. Samen kunt u immers meer.

Benadruk dat anderen ook eerst goed nadenken over grote beslissingen in hun leven en daarover praten met mensen die zij vertrouwen.

Zorg dat er tussen u en uw kind een vanzelfsprekende gewoonte ontstaat om met elkaar over belangrijke zaken te praten en van gedachten te wisselen. Kinderen krijgen is een van die onderwerpen. Een beslissing hierover neem je niet van de ene dag op de andere. Ook mensen zonder een verstandelijke beperking denken eerst goed na over dergelijke grote besluiten in hun leven en winnen advies in bij mensen die zij vertrouwen en die hen na aan het hart liggen.

Als uw kind het gevoel heeft dat u er voor haar of hem bent en dat u altijd een luisterend oor hebt, is de kans groter dat u in een vroeg stadium iets verneemt over een mogelijke kinderwens. En dat zij/hij ook in een latere fase bereid is hulp te vragen en adviezen te accepteren. Zo kunt u als ouder een steunpilaar zijn en met uw kind meedenken.

Als uw kind echt een kind wil, is het zaak om op een rijtje te zetten wat hier allemaal voor nodig is. Uw dochter of zoon moet inzicht krijgen in wat het verzorgen en opvoeden van kinderen daadwerkelijk inhoudt. Waarschijnlijk is dat veel meer dan zij/hij in eerste instantie zal vermoeden of weten.

Vragen... vragen

Veel ouders van kinderen met een verstandelijke beperking maken zich zorgen over mogelijk toekomstig ouderschap van hun dochter of zoon.

Vragen die zij hebben, zijn onder andere:

- Kan mijn kind wel voor een kind zorgen?
- Wat betekent dat voor mijn kleinkind?
- Krijgt het kind wel wat het nodig heeft?
- Wat vraagt het van ons als ouders?
- Moeten we bijspringen bij de opvoeding en verzorging of die misschien zelfs overnemen?
- Kunnen we het wel opbrengen om nog een tweede periode van ouderschap in te gaan, in plaats van gewoon te mogen genieten van het grootouderschap?

Leg contact met andere ouders.

Blijf niet alleen met uw vragen rondlopen. Praat met andere ouders die in eenzelfde positie zitten. Dat kan via de zorginstelling waar uw kind ondersteuning van ontvangt, via een regionale oudervereniging of via de plaatselijke MEE. Als uw kind nog op school zit, kan het ook een onderwerp zijn voor een thema-avond (bijvoorbeeld in combinatie met voorlichting over seksualiteit, loverboys en tienermoeders).

Leg contact met het sociale netwerk van uw kind.

Zorg dat u goed op de hoogte bent van de vrienden- en kennissenkring van uw kind. Dan kunt u ook beter inschatten wat zij/hij aan steun ontvangt of aan invloeden ondergaat. Wie zijn die vrienden en kennissen? En kunnen zij hulp verlenen als er eventueel een kind zou zijn?

Leg contact met het professionele netwerk van uw kind.

Vaak zal uw kind enige vorm van professionele ondersteuning krijgen op het werk, school of opleiding, of bij het wonen. Misschien heeft zij/hij ook een eigen huisarts. Zorg dat u contact houdt met dit professionele netwerk. Ook kunt u vragen om extra ondersteuning voor u als ouders. Mét elkaar kunt u dan nog meer voor uw kind betekenen.

Informatie

Heeft u behoefte aan verdere informatie?
Hieronder vindt u enkele websites die voor u interessant kunnen zijn.

www.kijkopkinderwens.nl

landelijk project coaching kinderwens voor mensen met een verstandelijke beperking

www.begrensdeliefde.nl

site over seksualiteit voor iedereen die professioneel of als opvoeder betrokken is bij mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking

www.babybedenktijd.nl

informatie- en bestelsite importeur RealCare Baby (oefenpop)

www.onderlingsterk.nl/www.lfb.nu

informatie van de Landelijke Federatie Belangenverenigingen (LFB) 'Onderling Sterk' van en voor mensen met een verstandelijke beperking

www.langsdelevenslijn.nl

informatiesite MEE

ASVZ

Touwbaan 1

Postbus 121

3360 AC Sliedrecht

Nederland

t +31 (0)184 491200

info@asvz.nl

www.asvz.nl

