

Ongeplande zwangerschap bij tieners

Fara aan het woord over de rol van school en CLB

Kirsten Elen

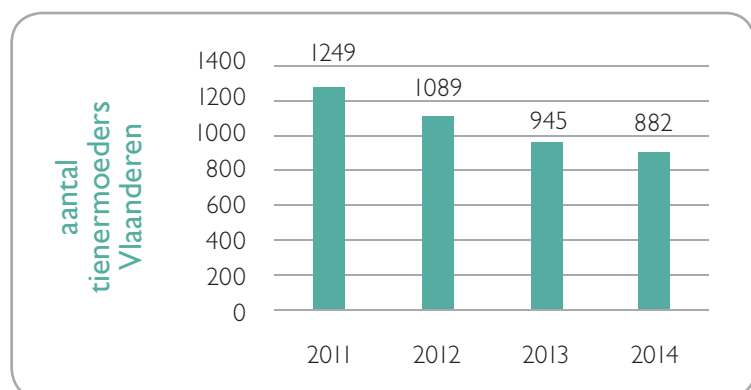
Kirsten Elen is medewerker bij Fara, het luister- en informatiepunt rond zwangerschapskeuzes

Wanneer tieners seksueel actief worden is de kans op een zwangerschap steeds reëel. Zelfs als jongeren zichzelf zo goed mogelijk proberen te beschermen, zelfs als een school veel energie en middelen investeert in relationele en seksuele vorming, voorlichting en sensibilisering.

In dit artikel bespreekt Fara (het luister- en informatiepunt rond zwangerschapskeuze) tienerzwangerschap en jong ouderschap en wat de impact hiervan kan zijn op het schoolgebeuren. Fara schetst haar visie over de verantwoordelijkheid en inbreng van de verschillende partners, waaronder het CLB.

Geen duidelijke cijfers over tienerzwangerschap in Vlaanderen

Een tienerzwangerschap is een zwangerschap die voorkomt bij een tiener, een jongere van 10 t.e.m. 19 jaar. Het aantal tienermoeders in Vlaanderen daalt gradueel (zie figuur 1). In 2014 waren er nog 882 meisjes jonger dan 20 jaar bij de bevalling, met een gemiddelde leeftijd van 18 à 19 jaar. Helaas zeggen deze cijfers niets over het aantal tienerzwangerschappen, gezien de meest recente abortuscijfers dateren van 2011. Tot in 2011 koos net iets meer dan de helft voor het jonge ouderschap, maar we weten momenteel niet of deze trend zich heeft verdergezet.



Figuur 1. Het aantal tienermoeders in Vlaanderen daalt (gegevens van 2011 tot 2014).

Ik weet nog de dag toen ik voor het eerst wist dat ik zwanger was. Ik was geschrokken, blij, gelukkig, bang, verdrietig en alles bij elkaar toen ik je voelde bewegen in mijn buik.

Kelly, mama van Lucas

”

Enkele maanden geleden had ik een miskraam. Ik was toen wel opgelucht, maar sindsdien moet ik steeds denken aan hoe het zou zijn om een kindje te krijgen. Ik weet dat 16 nog jong is, maar ik heb er goed over nagedacht en wil het echt. Mijn vriend is 22 en werkt, we voelen ons er klaar voor. Zouden we ervoor gaan?

Samira, 16

We hebben ooit al wel eens gefantaseerd over samen kindjes krijgen, maar we vinden onszelf misschien nog wat te jong. Toen ons condoom een klein beetje gescheurd was, wist ik wel dat ik een morning-afterpil kon halen, maar we gingen ervan uit dat het wel niets zou zijn. We zien wel.

Eva, 17

Tienerzwangerschap: vanzelfsprekend ongepland en ongewenst?

Ongepland. Een op vier zwangerschappen in Vlaanderen blijkt ongepland te zijn (Sexpert-onderzoek, 2013). Ongepland zwanger worden is geen fenomeen dat enkel voorkomt bij tieners. Bij volwassen vrouwen gaat men ervan uit dat het wel gepland zal zijn, maar bij tieners heerst het vooroordeel dat de zwangerschap wel een ongelukje moet zijn.

Bewuste keuze. Er zijn een aantal jongeren die er bewust voor kiezen om op jonge leeftijd ouder te worden. Ze voelen zich er klaar voor, denken er grondig over na, hebben een visie op hoe een kind een plaats zou kunnen krijgen in hun leven en besluiten bewust te stoppen met anticonceptie. Deze jonge ouders wensen gerespecteerd te worden in hun keuze voor het ouderschap.

Semi-gepland. Fara spreekt soms ook van een semi-geplande zwangerschap. Dat komt voor bij meisjes of koppels die niet bewust zwanger willen worden, maar er tegelijkertijd niet alles aan doen om een zwangerschap te vermijden, bijvoorbeeld door niet consequent om te gaan met anticonceptie. Het idee zwanger te worden is niet geheel onaanvaardbaar, maar tegelijkertijd ook niet helemaal aanvaard. Men spreekt van een ambigue kinderwens.

We kunnen er dus niet vanzelfsprekend van uitgaan dat een tienerzwangerschap ongepland of ongewenst is.

Preventie van tienerzwangerschap: belang van RSV-beleid op school

Beleid over relationele en seksuele vorming (RSV)

Het voorkomen van een zwangerschap kan een plaats krijgen binnen het RSV-beleid van de school. Een goed RSV-beleid op school focust niet alleen op het voorkomen van een zwangerschap, maar ook op het relationele aspect van seksualiteit. De school kan dus een belangrijke bijdrage leveren in het omgaan met seksualiteit en zwangerschap.

Sensoa (www.sensoa.be) ontwikkelde het 'Raamwerk seksualiteit en beleid – onderwijs' dat bouwstenen aanreikt voor het ontwikkelen van een goed RSV-beleid op drie niveaus: het kwaliteitsbeleid (kader voor seksualiteit en lichamelijke integriteit), het preventiebeleid (vermijden van risico's) en het reactiebeleid (omgaan met een incident).

Fara vindt het belangrijk dat op school het thema zwangerschaps- en kinderwens expliciet aan bod komt, naast thema's zoals anticonceptie, soa's, voortplanting en relaties. Daarbij is het nodig oog te hebben voor jongeren die zich bewust klaar voelen om hun leven in eigen handen te



In onze school zijn er 3 zwangere meisjes en 2 jonge mama's. Dit geeft veel commotie onder de leerlingen... Ik wil absoluut vermijden dat er een zwangerschapsgekte ontstaat en dat binnenkort de halve school zwanger is... Maar hoe pakken we dat aan?

Ingrid, leerlingenbegeleider

fara
LUISTER- EN
INFORMATIEPUNT
ROND ZWANGERSCHAPSKEUZES

Farafoon	016/38.69.50 dagelijks van 9.00 tot 16.00u
Faramail	vrAGEN@faranet.be
Farachat	Ma-, woe-, vrijdagmiddag via www.faranet.be
Faragesprek	Op kantoor te Heverlee, 15 euro per gesprek (jongerentarief)
Online	www.faranet.be -- Fara voor professionals -- Xtra voor jongeren -- Gratis informatieve brochures: 'Jong en Moeder', 'Jong en vader', moederschapsrust en TOAH...
Facebook	www.facebook.com/silke.vanfara www.facebook.com/kirsten.vanfara www.facebook.com/fara.jongenouder
Lotgenotencontact	Tweejaarlijks TEENS-tienermoederweekend, i.s.m. Lejo zw
Voor professionals	
Werkgroep	Netwerkdagen Tienerzwangerschap/Jong Ouderschap
Vorming	'Tienerzwangerschap onder de loep' -- 21/04/2016 te Antwerpen -- 26/04/2016 te Leuven
Consult en interventie	Via telefoon of mail
Educatief materiaal	Het Roze Wolk spel Lespakket tienerzwangerschap en jong ouderschap voor 2e en 3e graad SO
Publicaties	17 en zwanger: Van tiener naar volwassene in 9 maanden? Mag ik u proficiat wensen? Over hulpverlening bij zwangerschapskeuzes Tool voor hulpverleners – ongeplande zwangerschap



nemen en moeder of vader te worden. Zij willen zich als ouders erkend en gewaardeerd voelen. Het is belangrijk om de verwachtingen tegenover het zwanger zijn en papa of mama worden te toetsen aan de realiteit. Enkel in een veilige, open sfeer durven jongeren praten over een mogelijke kinderwens.

Fara maakte het 'Lespakket Tienerzwangerschap' en 'Het Roze Wolk spel' om tienerzwangerschap, kinder- en zwangerschapswens en de verschillende keuzemogelijkheden bij zwangerschap bespreekbaar te maken. Het materiaal is geschikt voor jongens en meisjes in alle studierichtingen van de 2e en 3e graad secundair onderwijs.



In een van de klassen waar ik Nederlands geef zitten veel koppeltjes. Mopjes en onderling geïnteresseerd grijp ik vaak aan om het met hen te hebben over seks, kinderen krijgen enzovoort. Toen we samen de film Juno bekeken gaf dat stof tot discussie: van een mooi zwanger buikje, tot gescheurde condooms en de pil nemen of je kind afstaan, iedereen had wel een mening. We organiseerden een interessant debat, wat helemaal paste in mijn leerplan. Mooi meegenomen!

Benoit, leerkracht Nederlands

Rol van CLB in RSV-beleid

- Het CLB kan in het RSV-beleid van de school een ondersteunende rol opnemen. Het schoolteam en CLB kunnen samen nadenken over de vormgeving van het RSV-beleid en over hoe duurzame acties hierin een plaats vinden. Het CLB kan daarbij in het oog houden dat het onderwerp kinder- en zwangerschapswens een prominente plaats krijgt.

Het correct gebruik van anticonceptie, de attitudes en het gedrag errond zijn bij tieners vaak problematisch. Een aanrader is om deze info te integreren in vormingsmomenten waarin de leerlingen ook de ruimte krijgen om met elkaar in gesprek te gaan over relaties, gevoelens en omgaan met elkaar: Als een leerling bijvoorbeeld vertelt dat ze na een nachtje feesten bij een jongen is beland en de dag erna heel erg moest overgeven door de kater, kan de leerkracht dit aangrijpen om het te hebben over de verminderde werking van de pil bij overgeven, en ook een gesprek starten over toekomstperspectief.

Waar dromen de leerlingen van?
Wat willen ze nog bereiken?
Maken kinderen daar al dan niet een deel van uit?

- Een zichtbare, vertrouwelijke, bereikbare aanwezigheid van het CLB is belangrijk. Drempelverlagend voor de leerlingen is de fysieke aanwezigheid van de CLB-medewerker op school. Leerlingen moeten de weg vinden en weten dat ze in een vertrouwelijke sfeer de tijd krijgen om vragen of crisissituaties te bespreken.

- De CLB-arts kan in gesprek gaan met de leerling tijdens het medisch consult.

Als een leerling er nood aan heeft om tijdens een medisch consult een gesprek te hebben over de menstruele cyclus, anticonceptie of kinderwens, kan de arts aan de slag gaan met helpende vragen zoals:

Heb je al eens nagedacht over een voorbehoedmiddel?

Heb je al eens seks gehad of zou je in de toekomst graag seksueel actief worden?

Wat weet je over mogelijke gevolgen van seksueel contact?

Zou je het erg vinden om zwanger te zijn?

Wat zou het voor jou betekenen om al jong papa of mama te worden, is dat iets dat je zou zien zitten?

Heb je misschien graag dat ik je wat meer informatie geef over de pil, condoom, vaginale ring... ik kan het ook doormailen?

Het is voor veel jongeren helemaal niet gemakkelijk om condooms of de pil aan de ouders of huisarts te vragen, hoe zou jij dat doen?

Kan je eens uitleggen welk anticonceptiemiddel je juist gebruikt en hoe je dat moet gebruiken?

Het is voor veel jongeren helemaal niet gemakkelijk om condooms of de pil aan de ouders of huisarts te vragen, hoe zou jij dat doen?

Kan je eens uitleggen welk anticonceptiemiddel je juist gebruikt en hoe je dat moet gebruiken?

Belangrijk is om deze vragen op een niet-veroordelende, maar respectvolle en betrokken manier te stellen. Enkel wanneer de leerling zich comfortabel voelt bij de CLB-medewerker en weet dat de informatie die verstrekt wordt confidencieel is, zal hij of zij openlijk durven praten of vragen om anticonceptie. Door het CLB wordt de drempel naar de huisarts verlaagd. Het CLB heeft daardoor ook een belangrijke functie als doorverwijzer.

Toch zwanger: begeleidingskader op school

Meisjes en hun (ex-)partners die ongepland zwanger zijn, weten niet altijd tot wie ze zich kunnen richten voor ondersteuning bij hun beslissing. Vaak krijgen tieners te maken met een heleboel vooroordelen en meningen. Andere leerlingen, leerkrachten en CLB'ers ervaren soms schroom om proactief te reageren, weten niet goed hoe ze de dingen bespreekbaar kunnen maken, hoe ze kunnen omgaan met de zwangerschap of wat hun rol juist kan betekenen. Een duidelijk kader op school is hierbij belangrijk.

Schoolspecifiek stappenplan als houvast

Leerkrachten zijn vaak het eerste aanspreekpunt voor leerlingen. Zij zijn de eersten die een gedragsverandering merken in de klas, het gevoel krijgen dat er iets aan de hand is, het meest 'nabij' zijn voor de leerling. Het kan verwarrend zijn voor de positie van een leerkracht om over een mogelijke zwangerschap in vertrouwen te worden genomen:

Wat kan en mag ik opnemen?

Mag ik de jongere aan een zwangerschapstest helpen?

Hoe ver kan ik gaan in de ondersteuning hierbij?

Is dit überhaupt mijn verantwoordelijkheid of moet ik doorverwijzen naar de CLB-arts?

De leerling vraagt om advies, wat moet ik aanraden?

Moet ik de ouders of directie verwittigen, ondanks dat de jongere vraagt te zwijgen?

Het is heel normaal dat de leerkracht die geconfronteerd wordt met een mogelijk zwangere leerling niet meteen weet wat te doen en hoe de taken verdeeld moeten worden. Een schoolspecifiek stappenplan rond tienerzwangerschap kan een houvast betekenen. Een stappenplan, waarin zowel rond de emotionele ondersteuning als de verdere begeleiding in de schoolloopbaan duidelijke afspraken zijn afgebakend, biedt concrete handvatten bij wie en waar de (mogelijk) zwangere leerling terecht kan met zijn of haar hulpvraag. In het stappenplan kunnen ook regio-specifieke doorverwijs- en opvangmogelijkheden opgenomen worden.

Verskil tussen ambtsgeheim en beroepsgeheim

Aandachtspunten bij het opmaken van een stappenplan zijn het ambtsgeheim van het schoolpersoneel en beroepsgeheim van CLB-medewerkers. Samen zoeken naar een manier om hiermee om te gaan binnen de samenwerking tussen alle partijen (leerling, ouders, directie, begeleiders, CLB...) is dan ook noodzakelijk.

CLB-medewerkers moeten het beroepsgeheim respecteren. Dit wil zeggen dat wanneer een jongere in vertrouwen komt vertellen dat zij vermoedelijk zwanger is, de CLB-medewerker dit niet mag doorgeven aan de directie of leerkrachten van de school, tenzij bij een noodtoestand.

(Vertrouwens)leerkrachten zijn gebonden aan ambtsgeheim of discretieplicht. Dit wil zeggen dat zij verplicht zijn om discreet om te gaan met wat de leerling hen in vertrouwen vertelde. De leerkracht heeft echter geen zwijgrecht. Relevante zaken moeten gemeld worden aan de directie. De vraag is of een vermoedelijke zwangerschap voldoende relevant is. De leerkracht kan hierover best open kaart spelen tegenover de leerling en grondig bespreken hoe de leerkracht zal omgaan met de verkregen informatie.

'Mijn ouders mogen het niet te weten komen! Sommige leerlingen zullen de school vragen om de ouders niets te laten weten. Ouders zijn echter een belangrijke partner in het schooltraject van de jongere. Een absolute geheimhouding garanderen kan adequate hulpverlening belemmeren. Langs de andere kant is het niet evident om privacygevoelige informatie te delen als de leerling dat niet wenst. Dit kan de band met de school en de slaagkansen verkleinen.

Investeer als schoolpersoneel veel tijd in overleg met het meisje hierover. Hoe is de band met de ouders? Wat is haar grootste angst? Hoe ziet ze haar toekomst zonder hulp van de ouders? Hoe zou het zijn als de ouders het toch ontdekken? Wat zou het makkelijker maken om het aan de ouders te vertellen? Op basis van alle elementen overweegt de school vervolgens of er voldoende redenen zijn om de wens van de leerling al dan niet te respecteren.

Ketenaanpak bij ongeplande tienerzwangerschap

Bij de begeleiding van ongeplande zwangerschappen pleit Fara voor een 'ketenaanpak', waarbij verschillende partners samenwerken op verschillende domeinen om de jongere(n) te ondersteunen. Het doel is om te komen tot een constructieve en vlotte samenwerking



Fara pleit bij tienerzwangerschap voor een ketenaanpak met 1 centrale persoon (foto: Kaley Dykstra)

tussen de verschillende partijen (leerling, (schoon)ouders, school, CLB, CKG, huisarts...).

Het is daarbij belangrijk duidelijke afspraken te maken:

Waar kan het jonge koppel of meisje terecht voor hulp bij financiële ondersteuning?

Wie helpt hen bij de administratie?

Waar kunnen ze terecht voor een fijne babbel en psychosociale ondersteuning?

Hoe wordt er met de verschillende partijen gecommuniceerd?

Kunnen de grootouders ergens terecht indien nodig?

Wat zijn de afspraken op school i.v.m. examens, stages en afwezigheden? Is iedereen hiervan op de hoogte?

Wie volgt de (ex-)partner op?

De regie van de ketenaanpak ligt bij één centraal persoon. Hij bewaakt het overzicht van de verschillende vormen van ondersteuning rond de zwangere leerling en haar partner. Deze centrale persoon is idealiter ook iemand waarbij de leerling zich goed voelt en terecht kan voor een vertrouwelijke babbel. Deze rol kan soms ingevuld worden door een CLB-medewerker, die sowieso een draaischijffunctie bekleedt en een netwerk vormt met de diensten in de regio die ondersteuning kunnen bieden. Aandachtspunt hierbij is dat de centrale persoon beschikbaar blijft voor de jongere, ook op lange termijn. Het gaat immers niet alleen om doorverwijzing, maar over het opnemen van een bewust engagement, eventueel op lange termijn. Dit is een aspect dat goed besproken moet worden door de verschillende partners. Bij verandering of beëindiging van school (en dus ook CLB) moet een zeer goede overdracht gebeuren, liefst in bijzijn van alle partners. *Neemt het CLB naast de draaischijffunctie ook het engagement op lange termijn op of doen we daarvoor beroep op iemand anders? Wie neemt wat op en hoe wordt er gecommuniceerd?*



Waar dromen leerlingen van? Maak anderen krijgen daar wel of geen deel van uit? (foto: Jaime Handley)

Toch zwanger: handvatten voor gesprekken met jongeren

Opvanggesprek bij (vermoedelijke) zwangerschap

Wanneer een leerling vermoedelijk zwanger is, is het noodzakelijk om zo snel mogelijk te weten te komen of en hoe lang de leerling zwanger is. Als leerkracht panikeer je best niet. Blijf rustig en stel voor dat de leerling een zwangerschapstest doet. Stuur de leerling door naar de huisarts, bekijk of het aangewezen is dat de CLB-arts een zwangerschapstest afneemt of ga eventueel na of er de mogelijkheid is dat er enkele zwangerschapstesten op voorraad zijn in de school. Door samen met de leerling de uitslag van de test te analyseren is er meteen zekerheid of het resultaat van de test klopt.

Niet zwanger. Wanneer de leerling niet zwanger is, is het aangeraden om een gesprek aan te gaan over wat dat met de leerling doet, hoe het gevoeld zou hebben als de test wel positief was geweest en hoe het zit met de kinderwens van de leerling. Bespreek daarnaast de manier waarop de leerling met anticonceptie omgaat:

Welke vorm van anticonceptie gebruikt de leerling?

Doet ze dit correct?

Is ze op de hoogte van situaties waarin de werking mogelijks vermindert?

Wel zwanger. Is de test positief, dan is de kans groot dat de leerling overspoeld wordt door emoties die het helder nadenken bemoeilijken: ongelof, paniek, angst, blijdschap, verdriet... Bovendien wordt haar toekomst plots heel onzeker. Veel meisjes zijn bang om het hun omgeving te vertellen. Geef ruimte zodat het nieuws kan bezinken. Kom niet meteen aandraven met conclusies, bezorgdheden of mogelijke opties. Belangrijk is dat dit gesprek voldoende veiligheid biedt door het probleem en de gevoelens te erkennen. Probeer te bewaken dat de leerling zich niet afgewezen voelt, zodat de binding met de school behouden blijft. Beluister de zorgen, erken de paniek, sta stil bij de emoties die de leerling uit. Bespreek aan wie de leerling het nieuws al bekend zal maken. Wil ze de biologische papa op de hoogte brengen? Wil ze dat het nog even geheim blijft? Wie wil ze in vertrouwen nemen?

Het is noodzakelijk dat er over de eerste opvang duidelijke afspraken bestaan tussen de leerling, directie, leerkracht, CLB en de leerlingbegeleiding:

Wie ondemeemt welke stappen?

Speelt het CLB een rol en stemt de leerling daarmee in?

Welke diensten zullen betrokken worden?

Is het CLB bereid als centraal persoon te fungeren?

Besluitvormingsgesprek(ken): zwangerschap al of niet behouden

Voor sommige leerlingen zal snel duidelijk zijn waar ze heen willen met de zwangerschap: behouden of niet behouden. Anderen twijfelen en geraken er niet uit. Het bewust doorlopen van een beslissingsproces is heilzaam voor de verwerking van de keuze nadien. Als CLB'er, leerlingenbegeleider of vertrouwenspersoon is het belangrijk om samen met de leerling het proces te doorlopen en voldoende stil te staan bij de beleving van de jongere. Uiteindelijk moet de jongere of het koppel zelf tot een keuze komen waarmee ze later verder kunnen.

Het maken van zo'n moeilijke keuze is niet evident. Daar komt bij dat tieners, gezien hun mentale ontwikkeling, op een andere manier tot keuzes komen. Tieners kunnen nog niet heel goed nadenken op lange termijn. Om op korte termijn het onaangename van abortus te vermijden, zullen ze iets vaker geneigd zijn om te kiezen voor behoud van de zwangerschap. 'Abortus is voor moordenaars' of 'ik wil een baby want die zal mij altijd graag zien' zijn uitspraken die aantonen dat jongeren minder genuanceerd denken, en de positieve aspecten van het ouderschap vaak overschatten. Probeer dit zwart-witdenken te doorbreken, want dit kan hen belemmeren om alle opties grondig te overwegen.

Nodig de leerling(en) actief uit, bij voorkeur allebei (eventueel apart), om te polsen wat de opties zijn waaraan ze denken. Het is ontzettend belangrijk dat de jongere tot een eigen, weloverwogen keuze kan komen. Dit kan je faciliteren door alle verschillende keuzemogelijkheden te belichten en te exploreren welke waarde en betekenis ze aan elke optie geven, door samen scenario's te overlopen, gevoelens en gedachten te exploreren en een open dialoog met alle betrokkenen gaande te houden.

Vergeet de (tiener)jongen niet!

Al te vaak wordt het thema tienerzwangerschap gereduceerd tot het zwangere meisje. Nochtans is er ook steeds een jongen medeverantwoordelijk voor de zwangerschap. De aandacht voor deze jongens is van cruciaal belang voor zowel de jongen, het (zwangere) meisje, als het (toekomstige) kind. Maak het perspectief van de (ex-)partner bespreekbaar en nodig hem, indien mogelijk, uit voor een gesprek (al dan niet samen met het meisje).

Vaak gaan jongens een periode van ongeloof en ontkenning door. Ze moeten plots op zoek naar een nieuwe rol, een nieuwe identiteit. Daarbij kan de zwangerschap aanvoelen als een bedreiging van de eigen vrijheid. De jongere kan ook erg aan zichzelf gaan twijfelen:

Zal ik dit wel kunnen?

Zal ik genoeg verantwoordelijkheid kunnen opnemen?

Ga ik mijn vrienden verliezen?

Waarom sluit mijn ex mij uit?

Vaak worden jongens niet ondersteund door hun omgeving, wat hen nog meer onzeker maakt. Er zijn ook tienvaders die trots gaan rondbazuinen dat ze een meisje zwanger gemaakt hebben. Ze zien de zwangerschap als het ware als een benadrukking van hun mannelijkheid en volwassenheid. Het al dan niet opnemen van het vaderschap staat los van de trots over de zwangerschap en wordt beïnvloed door wat het meest aanzien krijgt binnen de peergroep. Het is de taak van de hulpverlener om dit alles bespreekbaar te maken:

Wat zijn mogelijke reacties van je omgeving?

Welk gevoel geeft dat bij jou?

Wie vertrouwt je?

Wie zal je zeker niet in de steek laten?

Hoe wil je het vertellen aan je vrienden?

Heb je schrik dat je vrienden je zullen uitlachen?

Hoe zouden je ouders reageren?

Jongens zijn tijdens een zwangerschap vaak bezig met praktische dingen, minder met het emotionele. Verwacht dus niet altijd uitgebreide, diepgaande babbels, maar ga praktisch aan de slag: leg concreet uit hoe een abortus verloopt, bezoek de opvoedingswinkel en het lokale Huis van het Kind, laat hem een financieel plan uitwerken of een vroedvrouw zoeken, denk samen na over hoe

ZWANGER, WAT NU?

CHECKLIST BIJ HET BESLISSINGS-PROCES

Wat is het doel van het beslissingsproces?

Een zo neutraal mogelijke ruimte creëren om

- ... alle opties te verkennen en twijfels, verlangens, onzekerheden en angsten uit te spreken;
- ... de gevoelens van ongewenstheid rond deze zwangerschap ter sprake te kunnen brengen of om net ruimte te mogen maken voor het onverwachte;
- ... het ideaalbeeld van de roze wolk in een realistisch perspectief te brengen.

Een goed beslissingsproces

- ... exploreert alle dimensies van de keuzemogelijkheden;
- ... volgt het ritme van de leerling;
- ... staat stil bij de mogelijke impact van elke optie;
- ... leidt tot een keuze waar de leerling kan blijven achter staan;
- ... kan het risico op verwerkingsproblemen achteraf verkleinen.

Aandachtspunten

- Daag de leerling uit om de tijd te nemen die zij nodig heeft. Let wel op de feitelijke tijdsdruk: niet alle opties blijven eindeloos open.
- Misschien kan een schriftelijke weergave van het beslissingsproces een houvast bieden bij latere terugblik (bv. een dagboek, schema, brief).
- Denk samen na op langere termijn over hoe zij zelf inschatten hoe hun leven er concreet zal uit zien.
- Doorprik de eventuele roze wolk en schets een realistisch beeld.
- Doorbreek zwart-witdenken door nuances aan te brengen.
- Benoem eventueel hevige emoties om ze beheersbaar te maken.

Meer info?

- www.faranet.be/online-gids voor een houvast in het begeleiden van het beslissingsproces
- Fara Tool voor hulpverleners – ongeplande zwangerschap (€ 5)

hij er kan zijn voor zijn (ex-)vriendin, zet hem op weg met de aanvraag van het kraamgeld of laat hem een tweedehands wiegje overschilderen...



Een stappenplan op school als houvast bij de begeleiding van tienerzwangerschap (foto: Jake Hills)



Ik ben dan wel een jonge moeder maar wat hou ik er van. Ik zou mijn leven niet anders willen leven.

Jandrien, 17

Zwanger: keuzemogelijkheden op een rij

Wanneer een jongere geconfronteerd wordt met een (on)geplande zwangerschap heeft deze meestal een heleboel praktische vragen:

Wat zijn mijn mogelijkheden?

Waar kan ik terecht?

Hoe verloopt zo'n procedure?

Met wie moet ik dan praten?

Mag mijn vriend dan mee?

Moeten mijn ouders op de hoogte gebracht worden of kan ik dit geheim houden?

Een gesprek verloopt heel wat vlotter als je goed voorbereid bent en een overzicht hebt van alle keuzemogelijkheden. Zorg dat je adressen van de dichtstbijzijnde centra bij de hand hebt, bel alvast eens rond of er eventueel ergens een crisisbed vrij is...

Zwangerschap behouden – zelf opvoeden

Het maakt een groot verschil of het meisje er al dan niet alleen voor staat. Jonge meisjes die kiezen voor het moederschap willen zichzelf vaak bewijzen, alles zelf doen, tonen dat ze ook een goede moeder kunnen zijn. Een uitgebreid (in)formeel zorgnetwerk is echter noodzakelijk, want zeker als alleenstaande het ouderschap opnemen is niet evident.

Open communicatie. Het is belangrijk dat alle betrokken partijen een respectvolle, open communicatie kunnen behouden, die vertrekt vanuit de krachten van de jonge ouders en zonder de belangen van het kind uit het oog te verliezen. Jonge ouders willen immers de regie in eigen handen houden, eigen beslissingen maken en erkend en gerespecteerd worden in hun rol als mama of papa.

Begeleiding op maat. Het is cruciaal om samen met de leerling een begeleiding op maat uit te stippelen: voor, tijdens en na de bevalling. Bekijk samen op welke domeinen de jongere(n) nood hebben aan begeleiding: zwangerschapsbegeleiding, vroedvrouw of Kind & Gezin, huisvesting, financiële regelingen, papierwerk, emotionele ondersteuning, opvoedingsondersteuning, informatie over de bevalling, goedkope babyspulletjes zoeken, lotgenotencontact, gynaecoloog of vroedvrouw zoeken enzovoort. Heeft de jongere ondersteuning nodig en van wie moet deze ondersteuning komen? Van de begeleider, leerkracht of CLB'er? Of van iemand uit het eigen netwerk van de jongere, bijvoorbeeld de ouders? Het frustrleert sommige begeleiders dat



Ooit vertelde ik aan mama dat ik zo moe was omdat A. 's nachts veel weent. Ze antwoordde: 'Je hebt er toch zelf voor gekozen, je zei toch dat jullie het zouden kunnen?' Ik durfde daarna niet meer zeggen dat ik soms radeloos ben door die huilbuien...

Ismaël, 21

BOX 1. MOEDERSCHAPSRUST EN TIJDELIJK ONDERWIJS AAN HUIS (TOAH)

Moederschapsrust

Een tienermoeder heeft recht op 10 weken gewettigde moederschapsrust. Deze gaan in vanaf 1 week voor de uitgerekende bevallingsdatum (dus niet de dag waarop het meisje effectief bevalt) en moeten aangetoond worden met een bewijs van de gynaecoloog of geneesheer.

Indien men vroeger bevalt dan de uitgerekende datum, dan heeft men nog 9 weken moederschapsrust. Als men later bevalt dan de uitgerekende datum, dan valt de week moederschapsrust voor de uitgerekende bevallingsdatum + het aantal dagen dat men over tijd ging weg.

Schoolgaande jonge vaders hebben geen recht op vaderschapsrust.

TOAH

Als een leerling 21 dagen na elkaar afwezig zal zijn wegens ziekte of zwangerschap, kan ze bij de school Tijdelijk Onderwijs Aan Huis aanvragen. De school krijgt extra middelen om een leerkracht 4 uur per week, aan huis, de leerling bij te werken in de belangrijkste vakken. Zo verhogen de slaagkansen van de leerling.

Meer info en aanvraagformulier: www.ond.vlaanderen.be/toah

ze inhoudelijk niet verdiepend kunnen werken met tienvaders of –moeders: hun vragen situeren zich heel vaak op praktisch vlak. Door vraaggestuurd en actief samen dingen uit te zoeken, kan een vertrouwensband geïnstalleerd worden. Dat geeft een prachtige insteek om verdiepend te gaan verkennen wat het aankomende ouderschap met de jongere doet.

Empowerend. Probeer empowerend aan de slag te gaan. Regel niet alles voor de jongere, maar doe het samen, leer aan, toon de weg, zoek input uit het eigen netwerk en spring bij waar nodig. Vergeet daarbij de jonge (schoon)grootouders niet. Ook zij kunnen baat hebben bij emotionele of praktische ondersteuning.

School. Bezorgdheden die vaak terugkomen als het ouderschap wordt overwogen zijn 'Wat met mijn school?' en 'Hoe ga ik dat betalen?'. Zoek samen met de leerling en de school hoe het schooltraject zo goed mogelijk kan afgelegd worden (zie box 1). In welke mate kan en wil de school flexibel omspringen met stages, examenregelingen, tijdelijk onderwijs aan huis (TOAH), borstvoedingsmomenten, kinderopvang...? Het CLB kan onderhandelen tussen ouders, leerling en school en zo in gedragenheid zoeken naar oplossingen om de slaagkans en het toekomstperspectief van de leerling te optimaliseren.

Zwangerschap behouden – pleegzorg

Pleegzorg is het tijdelijk opvangen van een minderjarige in een ander gezin dan dat van oorsprong. Wanneer een jongere thuis geen steun krijgt of zich nog niet helemaal klaar voelt om de ouderrol volledig op te nemen, kan het goed zijn om te zoeken naar een oplossing waarin ruimte is om verder te groeien. Er zijn verschillende mogelijkheden waarbinnen de opvangtermijn kan variëren tussen enkele dagen, een paar maanden, om de twee weken, weekendopvang of meerdere jaren.

Wanneer een meisje pleegzorg overweegt kan een (vrijblijvend) kennismakingsgesprek met de pleegzorgdienst antwoord geven op heel wat vragen en bezorgdheden. In elke provincie is een dienst voor pleegzorg.

www.pleegzorgvlaanderen.be

Zwangerschap behouden – adoptie

Er zijn niet veel meisjes die kiezen voor adoptie. Het heeft immers belangrijke gevolgen: de ouderrechten en erfrechten worden afgestaan en in principe is er geen contact meer tussen de ouders en het kind. Indien beide partijen dit wensen, wordt gestreefd naar een vorm van open adoptie, waarbij contact wel nog mogelijk is.

Wanneer een meisje twijfelt over adoptie, is het aangeraden om een adoptiedienst te

contacteren. Het wil niet zeggen dat daarmee ook effectief haar kind zal laten adopteren, maar zij bieden begeleiding bij besluitvorming en afstandsbegeleiding. De leerling hoeft niet meteen bij de bevalling te beslissen of ze het kindje wil afstaan. Daarvoor heeft ze nog minstens 2 maanden bedenktijd. Het kind verblijft tijdens deze periode normaal gezien in een tijdelijk opvanggezin.

www.steunpuntadoptie.be

Zwangerschap afbreken – abortus

De Belgische wet bepaalt dat een vrouw omwille van psychosociale (niet-medische) redenen een zwangerschapsafbreking kan laten uitvoeren. Dit kan in een erkend abortuscentrum of in bepaalde ziekenhuizen. De vrouw moet verklaren dat zij zich in een noodsituatie bevindt, maar de redenen zijn persoonlijk en onaanvechtbaar. Dit kan tot 14 weken na de eerste dag van de laatste menstruatieperiode, of 12 weken na de bevruchting.

Tijdens een eerste gesprek wordt de situatie van de vrouw besproken, de methode van anticonceptie en vragen of twijfels waarmee men zit. Ook wordt exact bepaald hoe ver de zwangerschap gevorderd is. Na dit eerste gesprek volgen 6 dagen verplichte wachttijd. Tijdens een tweede afspraak wordt de abortus uitgevoerd, afhankelijk van de zwangerschapsduur d.m.v. de abortuspil of een zuigcuretage.

Kostprijs en anonimiteit

van abortus. Heel wat meisjes maken zich zorgen om de kostprijs van een abortus of dat hun ouders te weten zullen komen dat ze een abortus hebben laten uitvoeren. Een abortus in een erkend abortuscentrum kost ongeveer 3 euro (indien de leerling is aangesloten bij een ziekenfonds) en sinds 2002 hebben de abortuscentra een afspraak met het RIZIV waardoor de anonimiteit ook bij de ziekenfondsen met grote zorg bewaakt wordt. De medewerkers van een abortuscentrum zijn onderworpen aan beroepsgeheim. Er wordt geen informatie doorgegeven aan derden. Dit geldt ook voor minderjarigen. Medeweten of instemming van de ouders is niet nodig.

Aandacht voor de beleving bij

abortus. Het belangrijk dat er wordt stilgestaan bij het belevingsaspect van de abortus. Helpende vragen kunnen zijn:

Hoe denk je dat je je zal voelen na de abortus?
 Hoe zie je de zwangerschap en de abortus, wat betekent het voor je?
 Weet je wat de ingreep concreet inhoudt?
 Denkt je dat je pijn zal hebben of last van bloeden?
 Weet je waar je terecht kan als je later nog eens wil praten met iemand over de abortus?
 Heb je iemand die met je kan meegaan en waar je achteraf bij terecht kan?
 Ga je zelf initiatief kunnen nemen als je er nog eens over wil praten of heb je liever dat ik je af en toe nog eens uitnodig?

Na de keuze

De jongere die zwanger is of het koppel hebben een keuze gemaakt. Bekijk samen wat gewenst is om die keuze uit te voeren.

Wil ze dat er iemand meegaat naar het abortuscentrum?

Wensen de jonge ouders in spe graag ondersteuning bij het vertellen aan de klas dat er een kindje op komst is?

Is er ondersteuning nodig om tot bij de pleegzorgdienst of opvoedingswinkel te geraken?

Is er behoefte om de omgeving op de hoogte te brengen en zo ja, wat kan jouw rol daarin zijn?

Maak verlies bespreekbaar. Bespreek met de jongere dat de gekozen optie kan aanvoelen als een opluchting, maar ook als een verlies. Zo kan de keuze voor abortus aanvoelen als het verliezen van een kind, maar de keuze voor het ouderschap kan ook voelen als het verlies van toekomst-dromen, het ideale gezinsbeeld of de eigen identiteit. De jongere kan, maar hoeft zich niet meteen opgelucht te voelen. Ambivalente gevoelens na de keuze zijn heel normaal.

Normaliseer gevoelens als schuld, verdriet of spijt. Speel in op bezorgdheden en informeer heel goed over waar ze terecht kan bij eventuele verwerkingsproblemen of negatieve gevoelens achteraf, ook op langere termijn: individuele verlies- of rouwtherapeuten, Fara, CGG, lotgenoten-contact of het abortuscentrum.

Opvolging. Volg de jongere na de keuze proactief op. Nodig haar (of hem) uit voor een gesprek om te horen hoe het gaat en of er nog een ondersteuningsnood is. Ga er niet zomaar van uit dat alles in orde is als de jongere zelf geen initiatief neemt. Zorg ervoor dat de betrokken hulpverlening niet versnipperd geraakt, maar blijf bewaken dat de jongere weet waar hij/zij terecht kan met vragen, bezorgdheden of een babbel.

Consult en intervisie voor school en CLB

Tienerszwangerschap blijft een thema waarrond veel gezegd en gedaan kan worden. Het vergt goede afspraken, voorkennis en een open dialoog om jongeren op een ondersteunende manier te begeleiden. Vaak brengt dit thema ook op persoonlijk vlak veel teweeg bij hulpverleners, leerkrachten of scholen. Fara is er niet alleen voor tieners en hun omgeving, maar neemt ook een consult-functie op voor leerkrachten, directies, CLB-medewerkers en leerlingbegeleiders.



”

De leerlingbegeleider heeft heel veel moeite voor mij gedaan toen ik zwanger was en niet wist wat te doen. Dat heeft echt geholpen! Uiteindelijk koos ik ervoor om een abortus te laten uitvoeren. Nu hoor ik hem niet meer, hij zegt dat als er iets is, dat ik maar moet langskomen. Ik zou er zo graag eens over praten, maar wil er niet uit mezelf over beginnen. Waarom vraagt hij nu niet meer hoe het met me gaat? Is hij al vergeten dat ik zwanger was misschien? Is het van 'baby weg, klaar, probleem opgelost'?

Eveline, 18

Referenties

- BUYSSÉ, A. E. A. (RED.). (2013).** *Sexpert: seksuele gezondheid in Vlaanderen*. Gent: Academia.
- FARA.** *Tienerszwangerschap. Lespakket voor de 2de en 3de graad van het secundair onderwijs.*
- PUT, J., & ANKAERT, E. (2007).** *Advies Beroepsgeheim en ambtsgeheim in het onderwijs en de CLB's, met specifieke aandacht voor de vertrouwensleerkracht en de bijstandspersoon*. Leuven: KULeuven, Instituut voor Sociaal Recht.
- VVKSO (2014).** *Tienerszwangerschappen op school*. Geraadpleegd op 22 september 2015 op <http://ond.vvksso-ict.com/vvksosites/UPLOAD/2012/M-VVKSO-2012-017.pdf>.