



NU NIET ZWANGER

Zodat mensen in kwetsbare situaties niet overvallen worden door een zwangerschap

Een open en eerlijk gesprek over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie

Een onbedoelde zwangerschap kan het leven van mensen (m/v) in kwetsbare situaties volledig op z'n kop zetten. De grote problemen en frustraties die hulpverleners zagen bij cliënten die het overkwam, waren in 2014 aanleiding om het programma 'Nu Niet Zwanger' op te zetten. Nu Niet Zwanger (NNZ) helpt hulpverleners om met hun cliënten een open en eerlijk gesprek aan te gaan over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Want elke cliënt moet bewust en geïnformeerd kunnen kiezen om nu niet of nu juist wel zwanger te worden.



Om leed te voorkomen

Een aanzienlijk deel van de vrouwen in Nederland raakt onbedoeld zwanger. Volgens onderzoek is een kwart van de zwangerschappen ongepland en 15% ongewenst.¹

De **impact van een onbedoelde zwangerschap** op het leven van iemand die kampt met (een combinatie van) een verstandelijke beperking, psychiatrische problemen, schulden, verslaving, dakloosheid of loverboyproblematiek en die soms ook nog ongedocumenteerd is, is meestal enorm. Net als de impact van al die problemen op de kansen van het kind.

Een hulpverlener kan zorgen voor bewustwording over de kans op zwangerschap door op een **ongedwongen maar gestructureerde manier** het gesprek aan te gaan. En zo kan relatief eenvoudig heel veel leed voorkomen worden.



Geen advies, maar aandacht en ondersteuning

NNZ adviseert, beïnvloedt en oordeelt niet. Ons doel is **cliënten bewust na te laten denken over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie**. Nu Niet Zwanger biedt hulpverleners concrete hulpmiddelen om met hun cliënten het gesprek aan te gaan.

Een open en eerlijk gesprek dat past bij de cliënt, bij de hulpverlener en bij de relatie die ze samen hebben. In die **dialogoog, die op de persoon en op de omstandigheden is toegesneden**, kunnen hulpverlener en cliënt gezamenlijk tot inzicht komen in de ideeën en de behoeften van de cliënt.



Grote levensvragen en praktische zaken

In de gesprekken kan het gaan over grote levensvragen, maar ook over heel praktische zaken. Als de cliënt zijn of haar kinderwens wil uitstellen **onderzoeken cliënt en hulpverlener bijvoorbeeld samen wat daarvoor nodig is**. En als de cliënt behoefte heeft aan praktische hulp of een neutraal klankbord, dan blijft de hulpverlener daarvoor beschikbaar.

“De hulpverlener praat je niks aan, ze luistert alleen naar wat je wilt, en daarop gaat ze verder.”

Partners van Nu Niet Zwanger:



“Vóór NNZ vroeg ik weleens of een cliënt anticonceptie gebruikte. Ik kreeg dan vaak terug dat mij dat niets aanging. Door NNZ heb ik geleerd om met een cliënt te spreken over zijn of haar kindwens. Hierdoor sluit ik veel beter aan bij de cliënt. Het spreken over anticonceptie volgt dan heel logischerwijs daarna.”



Samenwerking in de keten

NNZ biedt professionals **scholing en ondersteuning** om met hun eigen cliënten het gesprek aan te gaan. Indien nodig kan er opgeschaald worden naar NNZ. Er wordt gewerkt vanuit de methodiek, deze is tot stand gekomen met steun van Rutgers, het Kenniscentrum voor seksualiteit.

Een belangrijk onderdeel van het programma is de samenwerking met lokale partners in de sociaal-medische zorgketen – de instellingen waar cliënten vanwege hun problematiek vaak al bij in beeld zijn. En daarnaast wordt **het netwerk van GGD-artsen, huisartsen, verloskundigen en gynaecologen** betrokken. Ook zij bespreken de kindwens en worden geconsulteerd over mogelijkheden voor anticonceptie en bij de uitvoering daarvan.



Uitgedrukt in geld

Bewust kunnen kiezen om al dan niet zwanger te worden resulteert niet alleen in veel bespaard leed, maar heeft ook een significant maatschappelijk-economisch effect.

Stichting Society Impact berekende op verzoek van de Vereniging Nederlandse Gemeenten de kosten en baten van Nu Niet Zwanger.² De kosten bleken circa €403 per deelnemer. De **maatschappelijke baten variëren tussen €6.820 en €52.070 in het eerste levensjaar**, afhankelijk van de begeleiding die nodig is na de geboorte van het kind.

Cliënten voelen dat de ondersteuning van Nu Niet Zwanger niet uit een boekje komt, maar uit het hart.



Meer zelfvertrouwen

Ook de waardering van cliënten voor Nu Niet Zwanger is onderzocht³, en die blijkt groot. Cliënten vinden het in grote meerderheid fijn als de hulpverlener de kindwens bespreekbaar maakt. Ze voelen zich gesteund en gerespecteerd in de gesprekken. En ze voelen zich geholpen. Niet (nog een keer) onbedoeld zwanger hoeven worden is vaak een opluchting en geeft rust.

Cliënten krijgen meer zelfvertrouwen en durven zelf de regie te pakken over hun kindwens en hun leven.

Inmiddels heeft meer dan de helft van de Nederlandse gemeenten zich bij Nu Niet Zwanger aangesloten en zijn vele duizenden gesprekken gevoerd.



Contact

Meer informatie over **het programma** en **de resultaten** van Nu Niet Zwanger. Telefoon: 030-25 23 00 4 | Mail: nnz@ggdghor.nl | www.nunietzwanger.nl | [Linkedin.com/company/nu-niet-zwanger](https://www.linkedin.com/company/nu-niet-zwanger)

¹ Wijsen & De Graaf, 2017 | ² Stichting Society Impact

³ Onderzoek Tranzo/Tilburg University 2018-2021



NU NIET
ZWANGER®