



# Nurture and Play



## Beleef plezier in het ouderschap

Tegenstrijdige gevoelens tijdens de zwangerschap en na de bevalling komen vaak voor. Bij 1 op de 10 vrouwen leiden deze gevoelens tot een depressie. Dit kan invloed hebben op de interactie tussen ouder(s) en kind en vergroot het risico op gedragsproblemen bij kinderen. Een goede, veilige gehechtheid kan dit voorkomen.

Nurture and Play is een kortdurende en preventieve interventie die (aanstaande) ouder(s) de ruimte geeft plezier te beleven in het ouderschap. Nurture and Play richt zich op het versterken van de emotionele verbinding tussen ouder en kind al tijdens de zwangerschap of in de eerste levensjaren van het kind. Nurture and Play versterkt het vermogen van de ouder om sensitief te reageren op de signalen van het kind.

Alle gevoelens, die de ouder ervaart tijdens zwangerschap of ouderschap mogen er zijn. Nurture and Play leert ouders om te gaan met negatieve gevoelens, zonder dat deze negatieve invloed hebben op de band tussen ouder(s) en kind.

## Bereik programma Nurture and Play

Tijdens het programma staan we stil bij wat er in het (ongeboren) kind omgaat, maar ook bij hoe de ouder zich voelt. Wat bereiken ouders met Nurture and Play?

- Ouders ervaren meer zelfvertrouwen in hun rol als (aanstaande) ouder
- Gevoelens en gedachten rondom de opvoeding zijn duidelijker
- Ouders zijn zich meer bewust van de belevingswereld van hun kind
- Ouders ervaren meer grip op negatieve gevoelens en gedachten
- Ouders ervaren hoe leuk het is om ouder te zijn

## Nurture and Play groeps- en gezinsinterventie

De interventie Nurture and Play is een preventieve werkvorm voor ouders tijdens de zwangerschap of na de geboorte. De focus ligt op de relatie tussen het kind en de ouder. De methode, gebaseerd op Theraplay® en Mentalized Based Treatment, versterkt de sensitiviteit, het mentaliserend vermogen en het reflectievermogen van de ouder. De interventie Nurture and Play omvat ervaringsgerichte activiteiten en reflectieve momenten en kan worden ingezet voor het gezin of in groepsvorm. De effectiviteit van Nurture and Play is wetenschappelijk geëvalueerd (Salo et al. 2019).

### Groepsvorm

De Nurture and Play groep is een groep van maximaal vier ouders onder leiding van twee groepsleiders. De groep komt elf keer samen vanaf de zwangerschap en daarna. Bij deze vorm horen ook enkele individuele huisbezoeken.

### Gezinsvorm

De Nurture and Play interventie in het gezin vindt zes tot elf keer plaats onder begeleiding van een gecertificeerd Nurture and Play practitioner met een ouder of beide ouders, thuis of op de hulppost van Siriz.

## Praktische informatie

Nurture and Play is vrijwillig en financiering vindt plaats op indicatie van de gemeente. Aanmelden kan via de maatschappelijk werkers van Siriz of via [hulp@siriz.nl](mailto:hulp@siriz.nl). Kijk voor meer informatie op [www.siriz.nl/nurtureandplay](http://www.siriz.nl/nurtureandplay).

**“Nurture and Play is kortdurend, preventief en versterkt de emotionele verbinding tussen ouder en kind op een speelse manier.”**