

Zelluf doen

Veel ouders genieten ervan om verhalen van vroeger te delen als hun kinderen ouder zijn. Dan vertellen ze over mooie herinneringen waarbij fotoboeken spontaan uit de kast komen. Maar soms ook over slapeloze nachten, of over zenuwslopende eigenwijsheid tijdens de peuterjaren. Zo is mij regelmatig verteld over mijn gigantische drive als peuter om alles zelf te doen. Of, om mijzelf als 2-jarige te citeren: "Zelluf doen!" Een eigenschap die ik nu al herken bij mijn 4 maanden oude dochter.

Dit voorjaar ben ik moeder geworden. Behalve een gigantische bak vol liefde en trots voelde ik - vooral deze eerste maanden - ook continue onzekerheid. Alles is nieuw en de verantwoordelijkheid over zo'n klein bolletje in je armen is en blijft soms overweldigend. Dat die onzekerheid prima past bij mijn nieuwe rol als moeder is mij bekend. Maar iets met zoveel impact zoals het ouderschap kan zelfs 'gewone onzekerheid' weer onzeker doen aanvoelen. Want hoeveel onzekerheid vind ik 'gewoon'? Bij lastige momenten komt al snel de 'zelluf doen!' peuter in mijn hoofd om de hoek kijken. Moet ik dit niet allang weten of gewoon kunnen? Vooral geen hulp vragen of laten merken dat ik twijfel!

Gelukkig kom ik er gaandeweg achter dat peuters, zeker die in je hoofd verstopt zitten, helemaal niet altijd gelijk hebben. Mijn streven naar een zelfstandig gevoel is te relativieren door mezelf te vertellen wat mijn moeder vaak tegen mij zei en zegt: Je moet het zelf doen, maar je hoeft het niet alléén te doen. Ik heb genoeg mensen om mij heen die eerder gek opkijken als ik zeg dat alles op rolletjes gaat dan wanneer ik ze betrek bij een onzekerheid. Niet alleen familie en vrienden, maar ook de jeugdgezondheidszorg helpt daarbij. Door samen onzekerheden te bespreken of ruimte te scheppen om onzekerheden er gewoon te laten zijn groeit ons vertrouwen.

Je moet het zelf doen, maar je hoeft het niet alleen te doen

Moeder zijn zorgt ervoor dat ik de JGZ leer kennen buiten mijn rol als adviseur bij het NCJ en mij net als vele anderen in de sector ontpop als een ervaringsdeskundige. Daarin merk ik dat de kracht van het moederschap in veel opzichten iets weg heeft van de kracht van werken in de JGZ. Elke dag is anders, soms zelfs onvoorspelbaar. We halen veel kracht uit het kunnen raadplegen van betrouwbare informatie uit bijvoorbeeld richtlijnen of het spreken van de juiste professionals. En we vertrouwen op onszelf én op elkaar om ook adviezen aan te passen naar wat wij op dat moment denken dat nodig is. Als gezin bouw je met elkaar, met je omgeving en met de JGZ aan de beste toekomst van je kind. Als JGZ-professional werk je met gezinnen en collega's aan de beste toekomst van alle kinderen in Nederland. Voor beiden geldt: je moet het zelf doen, maar je hoeft het niet alleen te doen!

Na een pittige zwangerschap en gelukkig een prettig verlof ben ik na bijna een jaar weer aan de slag bij het NCJ. Best gek om er weer in te duiken. Gelukkig staan er genoeg collega's en JGZ-professionals klaar om weer mooie dingen mee te doen. Ook dat hoef ik niet alleen te doen.



Bronwynn Terpstra
augustus 2020