

JGZ interventie: Shantala Babymassage Individueel

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie: CJG Rijnmond, Rotterdam

Contactpersoon: Helma Zunderman (h.zunderman@cjgrijnmond.nl / 0613028746)

Meer informatie is beschikbaar in de interventiebeschrijving in de Nederlandse interventiedatabank: [Shantala Babymassage Individueel \(loketgezondleven.nl\)](https://loketgezondleven.nl)

De interventie

Shantala Babymassage Individueel is een combinatie van praktische babymassage en opvoedingsondersteuning aan huis. De aanmelding en uitvoering van de interventie vinden plaats binnen de jeugdgezondheidszorg. Gezinnen kunnen worden aangemeld als zij voldoen aan één of meerdere indicatiecriteria. Tijdens drie individuele huisbezoeken leert een gecertificeerde jeugdverpleegkundige babymassagetechnieken aan de ouder. De jeugdverpleegkundige doet de technieken voor op een pop en de ouder masseert zelf de baby. Daarnaast biedt de jeugdverpleegkundige opvoedingsondersteuning door het bespreken van relevante thema's. Vaste thema's zijn: vertragen/tempo, huilen, lichaamstaal, basiscommunicatie, basisbevestigend dragen, invoelend voelen en tillen & dragen. Andere thema's komen aan bod afhankelijk van de behoefte van de ouder. Daarnaast is er ruimte voor het bespreken van vragen en zorgen van de ouder. Tussen de huisbezoeken zit ongeveer een week. Ouders worden gestimuleerd om zowel tussen de huisbezoeken door, als na afloop van de interventie, te blijven masseren.

Doelgroep:

De interventie richt zich op ouders met een baby van 6 weken tot 9 maanden oud, waarbij een risico bestaat op hechtingsproblematiek vanwege problemen of stress die ouders ervaren bij het ouderschap of de opvoeding, of vanwege een verhoogde kans op interactieproblemen zoals bij een huilbaby of een premature baby. Enkele voorbeelden van indicatiecriteria zijn: een ouder met depressieve klachten, de baby huilt veel en ouder heeft moeite hiermee om te gaan, een ouder met nare jeugdervaringen, niet goed verlopende hechting tussen baby en ouder, een ongewenste zwangerschap.

Doel:

Een veilige gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind bevorderen door:

- Vergroten van sensitiviteit en vermogen om te mentaliseren (ouder)
- Vergroten van gevoel van opvoedcompetentie (ouder)
- Beperken van (effecten van) stress:
 - Verbeterde stress coping (ouder)
 - Verminderde ervaring van opvoedstress (ouder)
 - Verminderde stress/onrust (baby)
 - Verminderde fysiologische stress (ouder/baby)

Onderbouwing

Sensitiviteit en het vermogen tot mentaliseren van de ouder zijn belangrijke determinanten voor het ontwikkelen van een veilige gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind. Shantala Babymassage Individueel heeft als doel om door middel van babymassage en opvoedingsondersteuning deze factoren te versterken, zowel direct als indirect door het gevoel van opvoedcompetentie van de ouder te vergroten en het beperken van (effecten van) stress bij ouder en kind. De interventie bevat elementen die belangrijk verondersteld worden voor de effectiviteit, zoals aandacht voor babysignalen en sensitiviteit, een veilige sfeer, een docent met de juiste kennis en vaardigheden. Praktijkervaringen van ouders en docenten zijn positief. Ouders waardeerden hun actieve rol en dat

de interventie thuis plaatsvond. De informatie sloot goed aan en zij voelden zich gesteund in het omgaan met hun baby. Het contact met hun baby is verbeterd en baby's waren kalmer en hielden minder. De effecten van deze interventie worden nog nader onderzocht in een lopend onderzoek van TNO en Radboudumc (voor vragen: babyonderzoek@tno.nl).

Praktische onderbouwing:

- Ouder en baby samen ontspannende momenten te laten ervaren met aandacht voor elkaar
- Laagdrempelige manier om ouders ondersteuning te geven:
 - De inbedding in het aanbod van de reguliere jeugdgezondheidszorg
 - Kortdurende interventie
 - Aansluiten bij praktische mogelijkheden van de ouder
 - Positieve interventie
 - Informele, veilige setting: in de eigen omgeving van de ouder
 - Opvoedondersteuning door het bespreken van thema's zoals huilen, basiscommunicatie en dragen
- Individueel: mogelijkheden om mee te bewegen met voorkeuren, wensen en vragen van ouders
- Sluit goed aan bij lage gezondheidsvaardigheden: niet talig (hands-on), persoonlijk, veilige omgeving, ruimte voor verder vragen/begeleiding/opvoedingsondersteuning.

Opleiding tot docent Shantala babymassage

De basisopleiding leidt op tot Docent Shantala Babymassage. De Vakgroep Shantala Docenten (VSD) heeft binnen Nederland op dit moment drie opleiders erkend waar de basisopleiding gevolgd kan worden. De VSD heeft hiervoor [accreditatiecriteria](#) opgesteld. Na afronding van de opleiding krijgt de Shantala Babymassage docent een diploma. Hij/zij kan daarna lid worden van de VSD. Op de website van de VSD staan de contactgegevens van docenten die lid zijn van de vakgroep.

Bij in ieder geval één van de opleiders (Dreumeland, www.dreumeland.nl), is een verkorte scholing mogelijk specifiek voor jeugdverpleegkundigen, in verband met al aanwezige kennis over de doelgroep en geboorte. *Informatie van Dreumeland over de cursus Shantala babymassagetechniek:* 'Tijdens de basisopleiding leren cursisten de Shantala babymassagetechniek en hoe ze deze techniek kunnen toepassen op baby's. De babymassage wordt geoefend op poppen. Naast zelfstudie (het lezen van studieboeken) omvat deze ca. 24 scholingsuren en 2 diploma-afhankelijke opdrachten (zelf 2 baby's masseren en een proefcursus geven, beiden afgesloten met een verslag). Ook wordt aandacht besteed aan de visie van Shantala babymassage, luisteren naar de vraag van de ouder, het opzetten van een cursus, en relevante thema's zoals lichaamstaal en basiscommunicatie. De scholing voor jeugdverpleegkundigen is korter in contacturen en heeft 2 toegepaste opdrachten (zelf 1 baby masseren en een proefinterventie, beiden afgesloten met een verslag). Aan de hand van de eindopdracht wordt beoordeeld of de cursist het diploma heeft behaald. Na afronding wordt de cursist gestimuleerd om lid te worden van de VSD.'

Materiaal:

Op aanvraag zijn bij de interventie-eigenaar materialen beschikbaar die gebruikt kunnen worden bij de werving (indicatiecriteria, informatie voor ouders), uitvoering (handleiding met een interventieprogramma, informatie voor docenten, uitlegkaart met massagetechnieken en een certificaat voor ouders) en evaluatie (evaluatieformulier). Overige materialen (o.a. een pop en olie) dienen elders aangeschaft te worden.

Bron: *Interventiebeschrijving, Nederlandse interventiedatabank RIVM*
[Babymassage Individueel \(loketgezondleven.nl\)](#)

[Shantala](#)