

Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding

De begeleiding is erop gericht de natuurlijke gevoelens van de aanstaande ouders naar het kind te bevestigen en te verdiepen. Het scheppen van een klimaat waarin het kind voelbaar welkom is, of welkom wordt, is van groot belang voor de kwaliteit van zijn leven. Het welkom zijn, mag ervaren worden, de warmte en de geborgenheid gevoeld worden.

De relatie tussen de ouders en het kind, bestaan al voor de geboorte. Vanaf het moment dat de kindsbewegingen voelbaar zijn, ongeveer tussen de vierde en de vijfde maand, kan het contact met het kind beginnen. Het zijn gebaren van omvatting, wiegen en geruststellend strelen. Het via de handen spelen met het kind maakt ouders en kind vertrouwd met elkaar. Een goede aanraking verdraagt geen dwingende en knellende aspecten. Het is de affectieve aanraking die in de haptonomische zwangerschapsbegeleiding de leidraad vormt.

Haptonomie houdt zich bezig met de ontwikkeling van het gevoelsleven en in ruimere zin met de gevoelsmatige wisselwerking tussen mensen. De mens is een voelend wezen; gevoel verbind je met jezelf en met anderen. De huid is het raakvlak van jezelf, met de wereld om je heen. De tastzin, het zintuig waarmee we

voelen en de wereld letterlijk aftasten, zetelt in de huid. Door aanraken en aangeraakt worden ontwikkelt zich het gevoel. Voor een gezonde groei en ontwikkeling is het belangrijk dat een kind wordt aangeraakt en zich daardoor gaat hechten aan degene die hem vertrouwd zijn en van hem houden. Vanuit een goed ontwikkeld hechtgedrag krijgt het kind vertrouwen in zijn eigen mogelijkheden. Aan de zorg voor het kind gaat de zorg en aandacht die de partners voor elkaar hebben vooraf. Via het contact dat zij ervaren met hun kind, zal ook de gevoeligheid van de partners voor elkaar zich verdiepen.

De Bevalling

Haptonomische zwangerschapsbegeleiding is geen techniek maar het ontwikkelen en uitbouwen van de natuurlijke gevoelens van de ouders voor hun kind. Er wordt geen wilsmatig gestuurde en bedachte spierbeheersing geoefend. De aanstaande moeder moet een goed inzicht krijgen in haar eigen reactiepatroon op pijn en uithoudingsvermogen. In de begeleiding leer ik de vrouw door middel van gedoseerde pijnbelasting de pijn van de weeën tegemoet te treden en niet te ontwijken. De partner leer ik de ontsluitingsweeën en persweeën zo samen op te vangen, dat de vrouw door de pijn heen, voeling blijft houden met

haar kind en partner . Als de partner weet hoe en wanneer hij zijn vrouw kan steunen, dan krijgen ze inderdaad samen hun kind. De begeleiding beoogt de moeder een goede gevoeligheid te geven voor de processen in haar lichaam, zodat ze dit gevoel ook durft te volgen. Dit opent de weg naar een natuurlijke en actieve bevalling, waarbij er contact met hun kind blijft.

De vertrouwde omgeving thuis bevordert het natuurlijk verloop van de bevalling. Er kunnen zich echter altijd complicaties voordoen waardoor een ziekenhuis bevalling en medisch ingrijpen noodzakelijk worden. Mocht de bevalling niet zo vlekkeloos verlopen, dan betekent dat nog niet dat de begeleiding is mislukt. Hoe liefdevoller het eerste contact wordt gelegd, hoe beter toegerust en uitgerust een nieuw kind in de wereld kan komen, zelfs als het bij zijn geboorte hindernissen ondervindt.

In een zestal ontmoetingen vindt deze begeleiding plaats. In de eerste ontmoetingen zal de nadruk liggen op de affectieve relatie tussen de partners waar het kind nu ook in delen gaat.

De latere ontmoetingen worden uitgebreid met aandacht voor de houding tijdens de zwangerschap en bevalling, zowel in psychische als fysieke zin. Ongeveer 6 weken na de bevalling vindt de laatste ontmoeting, met de baby, plaats.

Informatie en Aanmelding

Ik ben José de Haas (1954), getrouwd en moeder van een zoon en een dochter.

Bij de zwangerschap van mijn dochter hebben mijn man en ik voor haptonomische zwangerschapsbegeleiding gekozen. Dat was voor mij zo'n bijzondere ervaring dat ik daarna de opleiding haptonomie en haptotherapie ben gaan volgen. De zwangerschapsbegeleiding was daar een onderdeel van.

Vanaf 1990 heb ik mijn eigen praktijk, eerst in Culemborg en nu in Amersfoort.

De kosten voor haptonomische zwangerschapsbegeleiding bedragen in 2012 € 75 per sessie van 50 minuten.

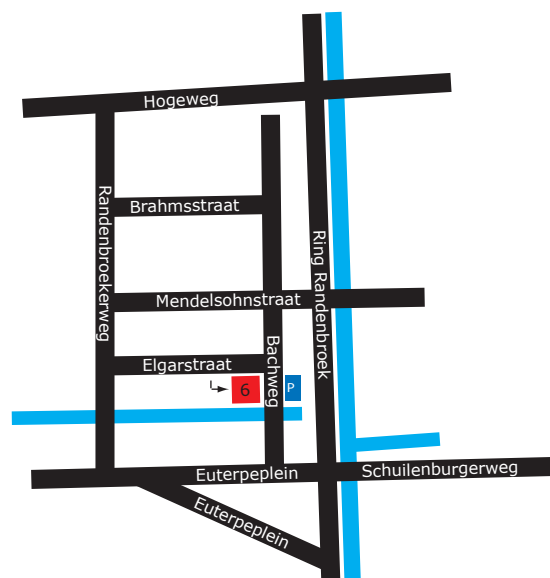
Voor verdere informatie over de behandeling of het maken van een afspraak kunt u telefonisch contact met mij opnemen.

Contact & Route

Elgarstraat 6
3816 BX Amersfoort

Tel. 033 - 2 58 19 59

www.haptotherapie-amersfoort.nl



Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding
José de Haas