

Haptonomische zwangerschapsbegeleiding:

meer affectief contact en minder stress

Lidy Cornelissen en Harry van Nie



Marguerite van de Poll vroeg de leden van de onderzoekscommissie van de Vereniging Haptonomische Zwangerschapsbegeleiders (VHZB) naar de resultaten van hun meest recente onderzoek naar haptonomische zwangerschapsbegeleiding.

Lidy Cornelissen is GZ-Haptotherapeut, Haptonomisch zwangerschapsbegeleider en Relatietherapeut in Haptotherapiepraktijk Wijk bij Duurstede en in Praktijk de Verbinding: Psychotherapie en Haptotherapie in Tilburg. Tevens is ze als docent werkzaam aan de Academie voor Haptonomie.

Harry van Nie MMt is Manueel Therapeut E.S., Haptotherapeut voor volwassenen en kinderen, Relatietherapeut en Haptonomisch zwangerschapsbegeleider in eigen praktijk in Utrecht.

Wat is de aanleiding voor jullie onderzoek?

‘Vooral nieuwsgierigheid. Wij waren benieuwd of de effecten van haptonomische zwangerschapsbegeleiding (HZB) werkelijk meetbaar zijn en vroegen ons af, of er tijdens de begeleiding meetbare veranderingen optreden in de mate van affectief contact binnen het drietal van moeder, partner en kind en in de mate van stress van het stel. Daarbij komt dat door het brede aanbod op de markt er sprake is van teruglopende belangstelling voor HZB. Wij hopen dat onze onderzoeksresultaten kunnen bijdragen aan een positieve wending.’

Waar gaat het onderzoek over?

‘Wij hebben bestudeerd of er tijdens de haptonomische zwangerschapsbegeleiding van een stel, meetbare veranderingen optreden in de mate van:

- affectief contact tussen de partners onderling en hun ongeborn kind;
- stress van de moeder en haar partner.’

Wat was jullie aanname?

‘We hadden twee hypothesen:

H1: Haptonomische zwangerschapsbegeleiding leidt tot een toename van affectief contact tussen zwangere, partner en kindje tijdens de zwangerschap.

H2: Haptonomische zwangerschapsbe-

geleiding leidt tot een afname van stress bij de zwangere en haar partner tijdens de zwangerschap.

Daarnaast vroegen wij ons af of toename van affectief contact en afname van stress, anders is als het stel eerder een miskraam kreeg, complicaties had tijdens een eerdere zwangerschap/geboorte, of juist de ervaring had van een eerdere, goed verlopen geboorte.’

Hoe hebben jullie het onderzoek uitgevoerd?

‘Aan de hand van het digitale dossier van de VHZB. Dit bestaat uit rapportages van haar leden over de door hen uitgevoerde zwangerschapsbegeleidingen. Het idee voor deze dossiervorming ontstond op het Symposium *Nieuw Leven* bij de presentatie van het gelijknamige boek (2010). Het digitale dossier is met name ontwikkeld om gericht onderzoek te kunnen doen naar de invloed van haptonomische zwangerschapsbegeleiding.

In overleg met de leden van de VHZB is een selectie gemaakt van de voor onze vraagstelling meest interessante vragen uit dat dossier, waarna hen verzocht is deze vragen in te vullen, werkend met een schaal van 1 tot 5*. De vragen over affectief contact (14 stuks) en stress (9 stuks) vormen de kern van ons onderzoek. Door ook de geschiedenis erbij te betrekken over eventuele miskramen, complicaties bij eerdere zwangerschappen en ook of het een eerste kindje betrof, hebben we de onderzoeksvraag verbreed met factoren die mogelijk de antwoorden op de hoofdvragen zouden kunnen beïnvloeden. Zodoende hebben we vijf onderdelen van het digitale dossier gebruikt voor het verzamelen van data.

Wij ontvingen 107 dossiers, waarvan er 61 volledig ingevuld waren en derhalve bruikbaar. De meetmomenten van de mate van affectief contact en ervaren stress (T1, T2 en T3) vielen samen met de

Onderzoeksgroep: zwangere stellen

Respondenten: begeleiders (VHZB-leden)

Meetinstrument: vragenlijsten van digitale dossier

Aantal vragenlijsten: 61 (van 15 begeleiders)

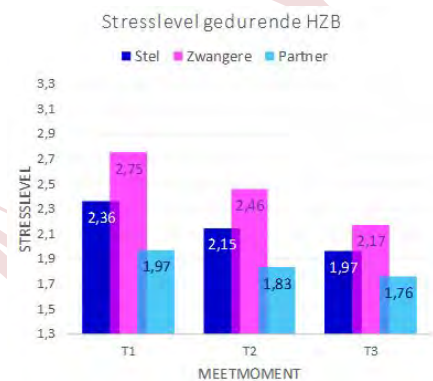
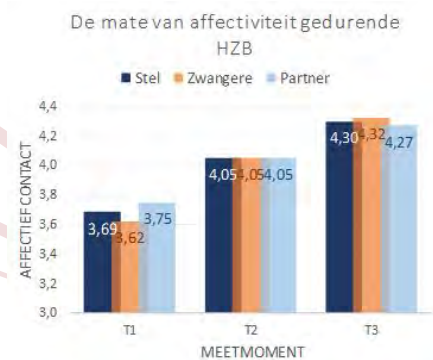
Meetmomenten: T1, T2 en T3

tijdstippen van de respectievelijke sessies 1, 3 en 5. Alle data uit de digitale dossiers zijn gecodeerd aangeleverd en anoniem verwerkt.'

En, werden jullie hypothesen bevestigd?

'Inderdaad zagen wij dat bij herhaalde metingen een significante (*statistisch betekenisvolle – redactie*) verandering optrad in het affectieve contact. Tijdens de HZB nam zowel van de zwangere als van haar partner het affectieve contact toe.

Ook qua stress werd ons vermoeden bevestigd: tijdens de gehele HZB nam de stress significant af bij de zwangere en marginaal significant bij de partner.'



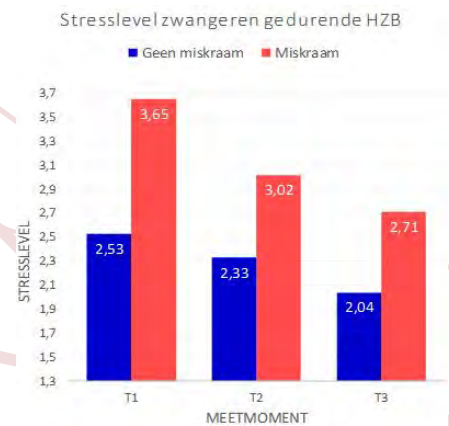
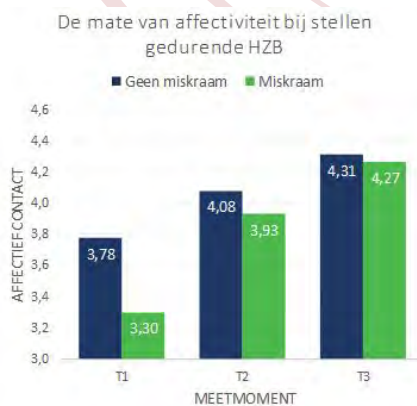
Maakte het nog uit of er bij vorige zwangerschappen eerdere complicaties waren of dat er al sprake was van een eerdere, goed verlopen bevalling?

'Om te beginnen de eerdere complicaties: in de vragen zijn die gesplitst in "miskraam" en "andere complicaties".

Haptonomische zwangerschapsbegeleiding is door Frans Veldman geïntroduceerd in de jaren 60 van de vorige eeuw. Een unieke benadering waarin het affectieve contact tussen de zwangere, haar partner en hun kindje centraal staat. Gedurende minimaal 5 sessies tijdens de zwangerschap en minstens één sessie ná de geboorte maken de aanstaande ouders kennis met deze vorm van begeleiding. Ouders worden (weer) in verbinding gebracht met hun gevoelsvermogen en gaan van daaruit het contact met elkaar en hun kindje aan. Gedurende de begeleiding herkennen ze steeds meer de signalen die hen dichterbij elkaar brengen; ze leren elkaar beter kennen op dit vlak. De sensitiviteit die ze alle drie in zich hebben wordt aangesproken en de ouders leren om daar een respons op te geven die de hechting bevordert; je leert binnen HZB je kindje prenataal al uitnodigen voor affectief contact, waarbij je als ouder(s) soms moet wachten totdat het kindje zich laat voelen. Zo ontstaat al tijdens de zwangerschap een affectieve gerichtheid en een betrokkenheid op elkaar, waardoor een stevige basis wordt gevormd in dit driemanschap. Ervarenderwijs krijgen ze gevoel voor welke ruimte nodig is, zodat een ieder in dit samenzijn tot zijn recht komt. Hierop voortbouwend wordt de geboorte voorbereid, waarbij het gevoelsmatig samenzijn de rode draad vormt van dit unieke proces, ook als er onverwacht of langdurig ongemak of druk ontstaat. Na de geboorte is er aandacht voor het verder gevoelsmatig ontwikkelen van de verbinding binnen het driemanschap, waarbij het accent ligt op nadere kennismaking met het kindje en de sensitiviteit en responsiviteit van de ouders naar het kindje en elkaar toe.

Bij stellen die eerder een miskraam kregen, hebben wij op het eerste meetmoment een marginaal significant lagere mate van affectief contact gevonden dan bij de stellen die niet te maken kregen met een miskraam. Later in het traject was de mate van affectief contact in beide groepen vergelijkbaar. Het mindere affectieve contact lijkt zich dus te herstellen tijdens de begeleiding. Als we naar het stresslevel kijken zien we bij zwangeren met een eerdere mis-

kraam tussen T1 en T2 een sterkere afname dan bij zwangeren zonder miskraam. De afname tussen T1 en T2 is bovendien sterker dan tussen T2 en T3. Dit significante verschil is niet aanwezig bij de partners (en dien ten gevolge bij de stellen marginaal). (Kanttekening: de groepsgrootte is zeer ongelijk: zonder miskramen 49 stellen en met miskramen 12. Dat verschil in groepsgrootte beïnvloedt de uitkomst en geeft een zekere ruis.)



“ Tijdens de HZB nam zowel van de zwangere als van haar partner het affectieve contact toe. ”

Bekijken we stellen met andere complicaties in de geschiedenis, dan zien we bij beide partners dat de mate van affectief contact verwaarloosbaar weinig verschilt van die van hen die geen eerdere complicaties hadden. We zien een vergelijkbare toename van affectief contact.

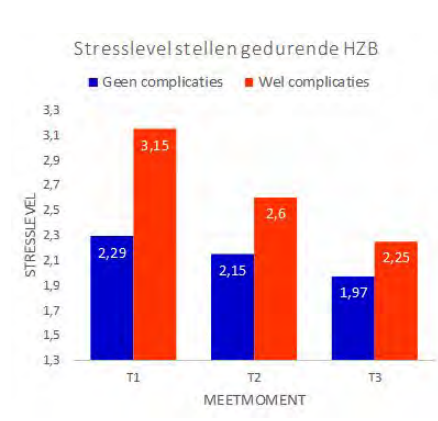
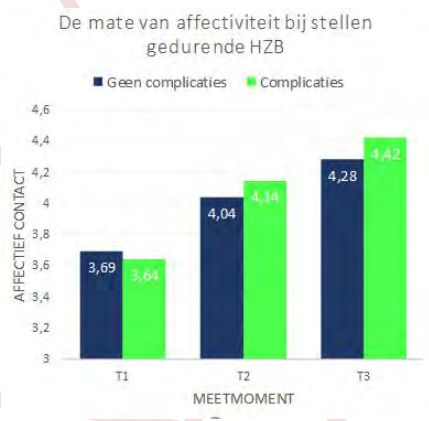
De mate van stress geeft een ander beeld: stellen met eerdere complicaties hadden op T1 significant meer stress dan stellen zonder complicaties. De stressniveaus van beide groepen blijven verschillen, maar er treedt bij de groep met eerdere complicaties evengoed een significante stressdaling op. Deze is toe te schrijven aan de zwangeren, hun partners laten deze daling niet zien.

En dan de eerdere, goed verlopen geboorte. De aanwezigheid van een ouderbroertje of zusje heeft volgens onze gegevens geen invloed op de mate van affectief contact. Dat geldt voor beide ouders.

Het stresslevel laat iets anders zien. Als er al een kindje is, ervaren de stellen, zowel de zwangere als de partner, op alle meetmomenten marginaal meer stress dan diegenen die voor het eerst zwanger zijn. De afname van stress tijdens de HZB is bij beide groepen gelijk.'

Welke kanttekeningen zetten jullie bij je onderzoek en hebben jullie aanbevelingen?

'De gebruikte vragenlijsten zijn ingevuld op grond van waarnemingen van de



haptonomische zwangerschapsbegeleiders zelf. Hierbij kan sprake zijn van een positieve bias: een vertekende, te positieve inschaling van het effect van hun eigen begeleiding. De resultaten tonen echter geen verschil tussen het tweede en derde meetmoment. Dat lijkt erop te duiden dat de begeleiders de vragenlijsten zonder noemenswaardige bias hebben ingevuld.

Natuurlijk heeft dit onderzoek een vervolg waarin het ook gaat om het toetsen van het gebruikte meetinstrument, het digitale dossier.

De gehele onderzoeksgroep is niet vergeleken met een controlegroep. Dit is praktisch ook moeilijk te realiseren. Bij ons is bovendien niet bekend of bij andere vormen van zwangerschapsbegeleiding vergelijkbare resultaten worden behaald en hoe het beeld is ten aanzien van affectief contact en stress bij diegenen die in het geheel geen zwangerschapsbegeleiding hebben. Toekomstig onderzoek kan hiermee rekening houden.'

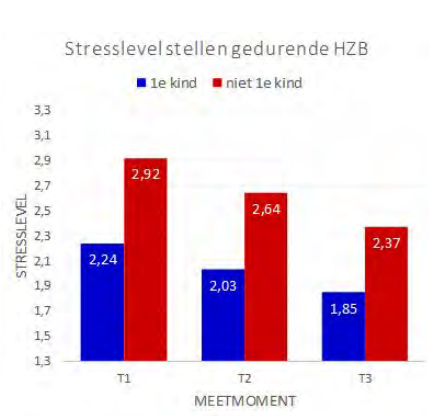
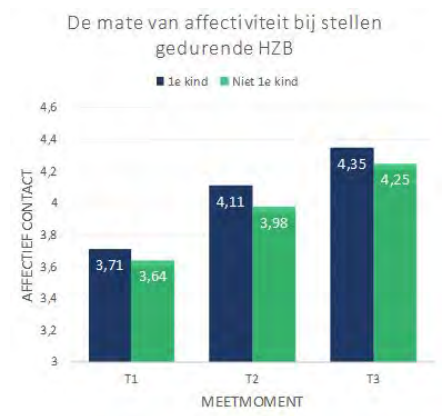
Wat zijn al met al jullie conclusies en wat willen jullie daarmee?

'Wij voelen ons gesterkt in onze hypothesen: tijdens HZB zien wij een toename van affectief contact in het driemanschap zwangere, partner en kindje. Ook zien we een afname van stress.

Voor ons zijn de uitkomsten van de stellen met complicaties in eerdere zwangerschappen opvallend. Wat eruit springt is de sterke stressafname in deze groep, die is significant groter dan in de groep zonder eerdere complicaties.

Hieruit trekken wij de voorzichtige conclusie dat HZB in het bijzonder positief scoort bij de groep met complicaties in het verleden. Het lijkt ons voor de beroepsgroep belangrijk om dit ook naar buiten te brengen, met name naar verloskundigen en eventuele (andere) verwijzers.

Wij zijn buitengewoon geïnteresseerd in nader onderzoek naar affectief contact in het driemanschap en het effect op hechting.'



Dankwoord

'Graag danken wij alle collega's Haptonomische Zwangerschapsbegeleiders die hebben meegewerkt aan het onderzoek. In het bijzonder bedanken wij Dr. Elise Seip MSc, docent Universiteit Leiden, tevens haptotherapeut i.o.; zonder haar enthousiasme, begeleiding en wetenschappelijke kennis waren we niet tot dit resultaat gekomen.'

