

Workshop Verdieping van HypnoBirthing, omarm de geboorte met rust en vertrouwen. (deel 2)

Programma

9.00 uur tot 9.30 uur Inloop met koffie en thee

9.30 uur tot 10.30 uur

- Voorstellen.
- Vraag: Wat is uw ervaring met HypnoBirthing geboorte?
Vond u het koppel voldoende geïnformeerd over wat hen te wachten stond? Wat vond u van hun geboortewensen vooraf? Was deze ervaring van invloed op uw werkwijze bij volgende baringen?

De antwoorden op deze vragen bepalen waar het accent zal worden gelegd tijdens de rest van de workshop. Het doel is om te leren omdenken. Men leert na te denken over wat men werkelijk wenst waardoor een andere kijk op de geboorte kan ontstaan.

10.30 tot 12.00 uur

Natuurlijke geboorte.

Onderwerpen die hierbij aanbod komen zijn:

- Active Management of Labor
- Robot theorie
- Helpende hormonen

12.00 tot 13.00 uur

HypnoBirthing ademhalingstechnieken. Welke technieken worden gebruikt en waarom.

- Uitleg fysiologie
- Kalme ademhaling
- Golfademhaling
- Geboorteademhaling

13.00 tot 14.00 uur lunch (ook geschikt voor vegetariërs/veganisten)

14.00 uur tot 15.30 uur

Hoe om te gaan met een HypnoBirthing koppel

- Taalgebruik
- Het belang van vertrouwen overbrengen (vs verwachttingsmanagement)
- Het belang van een veilige omgeving (gun privacy)
- Hoe om te gaan met iemand die in hypnose is
- Laat haar haar lichaam volgen

15:30 uur tot 16:00 uur pauze

16:00 uur tot 16:30 uur

Geboortevoorkeuren, het belang van het opstellen van wensen

16:30 uur tot 17:15 uur

Geboortehoudingen

- Fysiologie
- Staande houdingen
- Ondersteunde houdingen

17:15 uur tot 17:30 uur

- Zijn verwachtingen uitgekomen? Terugkoppeling naar de eerste oefening. De flip over met verwachtingen van de verloskundige wordt er weer bij gepakt.
- Vragen worden beantwoord.

Einde

Aan de hand van bijgevoegde PowerPoint presentatie krijgen zorgverleners de benodigde handvatten om ouders die de HypnoBirthing cursus hebben gevolgd goed bij te kunnen staan. Het waarom van de HypnoBirthing geboortevoorkeuren (alias geboortewensen) passeren de revue en de aan ouders aangeleerde ademhalingstechnieken en baringshoudingen worden gedemonstreerd en eigen gemaakt.

Samen gaan we na wat nou eigenlijk een natuurlijke geboorte is. Om het hier over te kunnen hebben, is het namelijk van belang dat we dezelfde definitie hanteren. Vervolgens worden cursisten zich ervan bewust dat werkelijk iedere interventie haar weerslag heeft op het baringsproces en dat soms het in trance helpen of enkel vertrouwenwekkend bijstaan ook al voldoende is om een lastig baringsproces bij te sturen.

Net als in deel 1, worden er weer bevallingsfilms vertoont. Daarnaast tonen we ook de visie van enkele vooraanstaande experts op het belang van natuurlijke geboorte en hechting. Er is ruimte voor vragen en het uitwisselen van ervaringen.

De workshop duurt 7 uur (zonder lunchpauze). Zie het programma voor meer gedetailleerde informatie.

Literatuurlijst:

- Het boek HypnoBirthing the Mongan methode van Marie F. Mongan M.Ed., MHy A Natural Approach to a Safe, Easier, more Comfortable Birthing.
- Childbirth without Fear, Grantly Dick-Read
- Pain in Labour: Your Hormones are your Helpers, Dr. Sarah J. Buckley