

Wil je een afspraak maken?

Voor haptotherapie is er sprake van directe toegankelijkheid, dus je kunt met of zonder verwijzing rechtstreeks een afspraak maken. Met ongeveer vijfhonderd GZ-Haptotherapeuten in Nederland vind je er vast een bij jou in de buurt. Kijk daarvoor op www.haptotherapeuten-vvh.nl.

De VVH: de landelijke beroepsvereniging

De Vereniging van Haptotherapeuten (VVH) beheert het landelijk register van erkende GZ-Haptotherapeuten in Nederland. De VVH ziet toe op naleving van kwaliteitseisen, werkt aan een permanente nascholing van de GZ-Haptotherapeuten en stimuleert wetenschappelijk onderzoek.

Neem contact op voor meer informatie over haptotherapie of als je hulp nodig hebt bij het vinden van een GZ-Haptotherapeut bij jou in de buurt.

Eerste Keucheniusstraat 35H
1051 HP Amsterdam
+31(0)20 488 71 16
www.haptotherapeuten-vvh.nl
info@haptotherapeuten-vvh.nl

Erkende therapeuten en vergoeding

De GZ-Haptotherapeut is geregistreerd bij de VVH. Hiervoor gelden de volgende eisen. Naast een HBO/WO vooropleiding hebben alle aangesloten GZ-Haptotherapeuten een post-HBO opleiding haptotherapie afgerond en voldoen ze aan de PLATO-eisen m.b.t. medische en psychosociale kennis op HBO-niveau. Daarnaast zijn ze verplicht hun kennis op peil te houden en zichzelf te blijven scholen. Kijk voor meer informatie op: www.haptotherapeuten-vvh.nl.



Haptotherapie wordt door de meeste zorgverzekeraars erkend en (gedeeltelijk) vergoed vanuit de aanvullende verzekering.



Je bent zwanger en bezorgd

Daar hoef je niet mee te blijven rondlopen...

Als je angstig bent voor de bevalling, zul je er mogelijk gevoelsmatig niet bij betrokken willen zijn, terwijl gevoelsmatige betrokkenheid juist een bijdrage kan leveren aan het goede verloop van de geboorte van jullie kindje en ook belangrijk is voor een positieve beleving achteraf.

Je partner wordt actief betrokken bij de begeleiding als daar draagvlak voor is. De bevestigende aanwezigheid van je partner sterkt jou als zwangere in het je openen en meebewegen tijdens de zwangerschap en de geboorte.

Haptotherapie kan echt helpen.

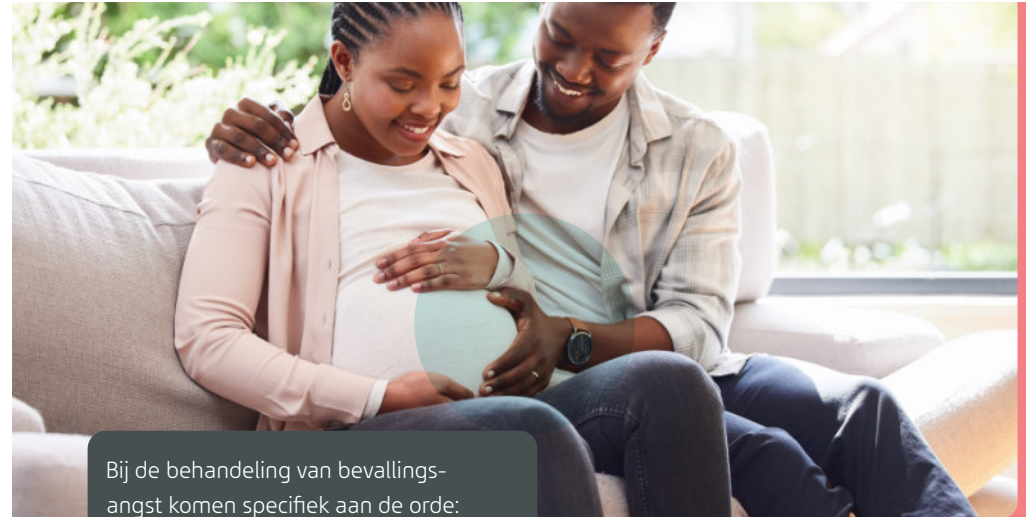
Wanneer hulp vragen?

Wanneer jij en/of je partner het gevoel hebt dat je angstig bent voor de bevalling, of van jezelf weet dat je altijd al wat angstig bent, dan kun je zowel voor de conceptie als tijdens de zwangerschap rechtstreeks een afspraak maken met een GZ-Haptotherapeut.

Dat is ook zinvol als er in je leven gebeurtenissen zijn geweest (bijvoorbeeld een miskraam, seksueel misbruik, of een traumatische bevalling) die een conceptie, zwangerschap of bevalling bemoeilijken.

De GZ-Haptotherapeut streeft naar multidisciplinaire samenwerking met alle overige zorgverleners rondom zwangerschap en geboorte.

Hoe werkt haptotherapie?



Bij de behandeling van bevallingsangst komen specifiek aan de orde:

- ✓ als zwangere vertrouwd raken met je veranderende lichamelijkheid
- ✓ gevoelsmatig ruimte maken in de moederschoot
- ✓ concreet leren opvangen van de weeën
- ✓ praktisch oefenen van het omgaan met pijn



De kern van de haptotherapie bij bevallingsangst berust op de (hernieuwde) bewustwording van het vermogen om je te kunnen openen en sluiten voor gevoelsindrukken. Als je jezelf voelend kunt waarnemen en daarbij tot innerlijke rust kunt komen, werkt dat sterk angstverminderend.

Voelen dat je 'alles al in huis hebt' om de zwangerschap en bevalling met vertrouwen tegemoet te treden, werkt geruststellend. De veranderingen in aandacht en spanning geven je bovendien een andere beleving van de zwangerschap en van het contact met jullie kindje.

Evidence Based Haptotherapie

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat haptotherapie een positief effect heeft op de afname van bevallingsangst. Haptotherapie verbetert bovendien het welzijn van de moeder, door het verminderen van prenatale distress- en depressiesymptomen en er zijn minder posttraumatische stresssymptomen. Haptotherapie bij zwangeren met bovenmatige angst voor de bevalling heeft ook een positief effect op de moeder-kind hechting.