



COACHEN DURANTE PARTU

Eendaagse opleiding voor verloskundigen

geaccrediteerd door de KNOV

Waarom?

Steeds meer vrouwen zijn overmatig bang voor de bevalling. En het aantal vrouwen dat de bevalling als zeer beangstigend of zelfs traumatisch ervaart neemt toe.

Dit heeft vergaande gevolgen voor de gezondheid van moeder en kind. Er ontstaan onnodig complicaties tijdens en na de bevalling, de bonding van moeder en kind loopt gevaar en moeders vallen onnodig uit door ziekmelding wegens mentaal-emotionele klachten.

En door deze ervaringen is de angst bij een volgende baring nog veel groter. Om paniek en onmacht te begrijpen en te begeleiden is er kennis nodig van het basale trauma dat wij allen in het leven oplopen. Dit basale trauma veroorzaakt gevoelens van machteloosheid, onzekerheid, minderwaardigheid, angst en paniek. De mate waarin deze gevoelens zich voordoen en uiten verschilt sterk van persoon tot persoon. Hoe komt dat? En, veel belangrijker, hoe kan dat overwonnen worden? Hoe kun je iemand die zich hierdoor laat verlammen of afschrikken weer in haar kracht zetten?

Ook zijn er verschillende vaardigheden nodig.

Inhoud

Deze eendaagse cursus 'Bevallen in je Kracht' richt zich op vaardigheden voor drie groepen vrouwen.

Als eerste het voorkomen van traumatische ervaringen voor de groep vrouwen die behalve dat ze bang zijn voor de bevalling verder goed in hun vel zitten. Vervolgens het begeleiden van de groep vrouwen die tijdens de bevalling decompenseert of in regressie gaat, met als doel hen weer in hun eigen kracht te zetten en een traumatische ervaring te voorkomen. Als laatste het helpen verwerken bij de groep vrouwen die een nare ervaring hadden tijdens de bevalling. Doel bij hen is tweeledig: voorkomen dat posttraumatische stress zichzelf versterkt en teleurstellingen verwerken waarmee latere depressie voorkomen kan worden. Voor vrouwen die voor de baring blijf geven van ernstige angst of samengestelde problematiek is een langere cursus dan deze vereist (Coachopleiding voor Verloskundigen door AMETHIST Developing People)

Wat leer je?

Je leert wat het basale trauma van ons allen is en hoe dat ten grondslag ligt aan angst voor de bevalling en aan posttraumatische stress. Je leert hoe angst voor angst ontstaat en welke rol dat speelt. Je leert hoe posttraumatische stress het best voorkomen kan worden. Je leert een korte interventie te gebruiken om vrouwen zich weer op een diep gevoeld niveau bewust te doen zijn van hun kracht. Je leert hoe je het beste omgaat met iemand die in paniek is en met iemand die in regressie gaat. Je leert ook hoe je het zichzelf versterkende effect van posttraumatische stress kunt voorkomen en de stress helpen uitdoven. En dit alles zal je zelf ook aan het denken zetten over hoe je eigen zelfvertrouwen functioneert.

Onderwerpen

- Het ontstaan van basale trauma's en welke invloed dat heeft op diverse mentale en fysiologische processen.
- Afweermechanismen: waarom deze 'nodig' zijn en hoe deze ontstaan.
- De verschillende soorten angst en hun functie.
- Hoe angst zichzelf versterkt en hoe je dat kunt voorkomen.
- Op een gezonde manier met angst omgaan zodat overmatige angst voorkomen wordt.
- Zwangere vrouwen meer vertrouwen geven in hun eigen lichaam.
- Zwangere vrouwen meer vertrouwen geven in hun eigen mentale kracht.
- Zwangere vrouwen leren vertrouwen op hun eigen kracht tijdens de bevalling.
- Het benaderen van extreem angstige vrouwen tijdens de bevalling.
- Helpen verwerken van een teleurstellende baring.
- Effectief communiceren met vrouwen met posttraumatische stress.
- Het zichzelf versterkende effect van posttraumatische stress keren.

Werkvormen

Omdat wij de mens willen begrijpen en begeleiden, zijn wij in deze cursus ons eigen oefenmateriaal. Er wordt van de

deelnemers verwacht dat zij een open houding hebben en een actieve rol spelen. We maken gebruik van de volgende werkvormen:

- Informatieoverdracht
- Casuïstiek bespreken
- Interactief leren
- Live demonstratie van sommige technieken binnen de groep
- Oefenen, dat wil zeggen direct toepassen van het geleerde in een rollenspel

Resultaten

Na deze cursus ben je in staat om vrouwen met enkelvoudige problematiek ten aanzien van angst en stress effectiever te begeleiden. Je bent nog niet in staat om iedere vorm van overmatige angst of posttraumatische stress effectief te voorkomen of te helpen oplossen. Daarvoor is, zoals gezegd, een langere opleiding nodig.

Wel zul je ervaren en begrijpen hoe angst werkt en hoe teveel angst en angst voor de angst voorkomen en opgelost kunnen worden. En je zult oefenen hoe je dat naar zwangeren, barenden en kraamvrouwen kunt overbrengen, uitgezonderd degenen met samengestelde en zware problematiek.

Ook zul je vaardiger zijn in het begeleiden van berende vrouwen in paniek en regressie en in het helpen verwerken van de ervaringen van een zeer teleurstellende baring.

Doelgroep

Eerste- en tweedelijns verloskundigen.

Duur

1 dag

Lunch

Bij de prijs inbegrepen

Accreditatie

Accreditatie KNOV 7 PE punten



De trainer

Marieke Smith, geboren in 1976, verloskundige, (team)coach en trainer.

“Als verloskundige zag ik veel vrouwen worstelen met angst en twijfel in hun zwangerschap, tijdens de baring of daarna.

Als trainer draag ik graag bij aan kennis en vaardigheden die verloskundigen ondersteunen in hun vak en (persoonlijke) ontwikkeling, zodat ze de juiste begeleiding kunnen geven bij startend moederschap.”

Het trainingsbureau

AMETHIST Developing People

Missie

Een wereld creëren waarin ieder mens tot zijn recht komt en de ruimte vindt om zijn volledige potentieel te benutten.

Visie

Dit kan tot stand komen door te werken vanuit een leraar-leerling paradigma, waarin iedereen voortdurend zowel leerling als leraar is.

Doel daarvan is om zowel bij onze deelnemers en cliënten als bij onszelf autonomie en bewustzijn te vergroten, zodat iedereen kan komen tot een zo groot mogelijke ontwikkeling en vervulling.

Waarden

Wij werken vanuit de volgende waarden:

- respect
- kwaliteit
- zorg
- excellentie
- liefde
- transparantie

Oud deelnemers zeggen:

“Heel veel nieuwe inzichten gekregen over angst en hoe hiermee om te gaan. Het was erg leerzaam en vooral praktisch. Ik heb het gevoel dat ik zwangere vrouwen met angst nu veel beter kan helpen.”

“Zeer inspirerend. Hoe interessant om meer te leren en te weten te komen over het ontstaan van emoties en angst. Deze kennis is krachtig en van toepassing op vele gebieden in mijn eigen leven en dat van mijn cliënten.”

“Ik kijk er echt naar uit om de het direct in mijn praktijk toe te passen. De dag zat boordevol interessante informatie. Ik heb van het begin tot het einde aandachtig geluisterd en meegedaan. Juist deze afwisseling maakt de training zo compleet.”

“Tijdens deze training heb ik diverse manieren aangereikt gekregen om vrouwen die echt bang zijn tijdens de bevalling te kunnen helpen. Nuttige inzichten over wat angst is, hoe je er mee om kunt gaan als verloskundige en inzicht over het begrip Transactionele Analyse.”

“Fijn dat ook de verwerking tijdens het kraambed aan de orde kwam. Duidelijke praktische aanwijzingen gekregen.”