

Een roze wolk of onweersbui ?

De eerste periode van een veranderend leven
Wanneer een vrouw haar eerste kind krijgt, verandert haar leven ingrijpend.

Ik wil graag nader op dit onderwerp ingaan omdat ik in mijn praktijk merk dat, vooral vrouwen, moeite hebben om toe te geven dat het na de geboorte van een kind soms erg verwarrend, vermoeiend, onwennig en soms zelfs zwaar kan zijn.

Zo zag ik twee weken geleden Patricia, Eric en hun zes weken oude zoontje Bart. Nadat ik Patricia vroeg hoe het met haar ging, begonnen de tranen bij haar te vloeien. Ze gaf aan erg moe en af en toe eenzaam, verlaten en in de war te zijn. Ze moest wennen aan haar "lege lichaam". Ze miste het samenzijn van haar kindje in haar buik. Eigenlijk schrok ze van haar eigen woorden toe zij ze uitsprak. Ze zou nu toch eigenlijk blij moeten zijn en nu kunnen genieten van hun zoontje?

Haptonomische pre en postnatale ouder en kind begeleiding

In deze fase (zes weken na de geboorte) wordt er tijdens de haptonomische zwangerschapsbegeleiding onder andere aandacht gegeven aan dit aspect, maar bijvoorbeeld ook hoe het met de ouders en het kindje gaat. Er is aandacht voor de veranderingen die deze geboorte voor de ouders met zich meegebracht heeft: voor hun nieuwe rol in het leven, voor veranderingen binnen hun relatie. Heeft ieder zijn of haar plek weer kunnen vinden? Door hier bewust aandacht aan te geven kan de fase van zwangerschap en geboorte worden afgerond.

Gescheiden worden

Als een kind geboren wordt het lijfelijk van zijn moeder gescheiden. Het doorknippen van de navelstreng maakt deze scheiding definitief. Niet alleen de baby maar ook de moeder wordt net zo goed gescheiden. Na negen maanden start er een nieuwe fase voor beiden in hun leven.

Voor een baby vormen de eerste maanden na de geboorte uit een periode waarin hij niet veel anders doet dan zijn eigen lijf en zintuigen leren kennen.

Onwennig

Een moeder voelt zich na een bevalling vaak ook onwennig. Na een periode van negen maanden zal zij haar eigen energie weer moeten herstellen. Sommige moeders ervaren net als Patricia een gevoel van verlatenheid, eenzaamheid en dit maakt dat ze zich onzeker kunnen gaan voelen.

De geboorte van moeder en kind

Riekje Boswijk-Hummel heeft een boek geschreven over dit onderwerp (*De geboorte van moeder en kind*, ISBN 90-6020-494-8). Ze schrijft dat het leven van een vrouw ingrijpend verandert nadat ze haar eerste kind krijgt. In dit boek geeft ze een boeiende beschrijving van de processen die plaatsvinden na een geboorte. Puttend uit de ervaringen tijdens de eerste zeven jaren van haar moederschap weet Riekje op een heldere manier te beschrijven en te verklaren wat er zich afspeelt tijdens deze eerste jaren. Ze maakt hierdoor niet alleen de postnatale processen begrijpelijker, maar maakt ook duidelijk wat er in latere fasen binnen het gevoelsleven van de vrouw kan spelen. Dit zal vaders zeker ook veel inzicht verschaffen.