

Inhoud

	Voorwoord	15
	Inleiding	21
Hoofdstuk 1	Prenatale psychologie	27
Hoofdstuk 2	Haptonomie	37
Hoofdstuk 3	Prenatale ontwikkeling	47
	De embryonale fase	48
	Embryo wordt foetus	56
	De foetale fase	59
	Bewegingsblauwdruk	67
Hoofdstuk 4	Prenataal bestaan	75
	Introductie	76
	Bewustzijn	77
	Zintuigen	79
	Kwetsbaarheid en veerkracht	80
	Dialogoog en samenspel	81
	Liefde vóór de geboorte	84
	Prenataal geheugen	89
	Prenatale imprints	92
	Pijnbeleving in de baarmoeder	96
	Baanbrekende inzichten	97
Hoofdstuk 5	Prenatale uitdagingen	101
	Introductie	102
	Prenatale stress	105
	Wat is stress?	105
	Stress en ontwikkeling van het brein	113
	Stress en emotionele ontwikkeling	115
	Stress en primaire reflexen	117
	Invloed van stress bij de moeder op haar kind	123

Prenatale stressbronnen	126
Prenatal Maternal Stress	126
Depressie bij de moeder	131
Ondervoeding van de moeder	132
Toxische stoffen	134
Roken	134
Medicatie	137
Alcohol	137
Invloed vader en omgeving	139
Ongeremde primaire reflexen bij de moeder	139
Prenataal trauma	140
Wat is trauma?	140
Prenatale traumatisering	142
De verbroken verbinding met het Zelf	144
Prenataal trauma en het brein	148
Prenataal trauma en epigenetica	154
Prenatale pijn en het lichaam	155
Prenataal trauma en het zenuwstelsel	157
Vormen van prenataal trauma	162
Wanneer de moeder zelf getraumatiseerd is	162
Het ongewenste en/of ongewilde kind	164
Symbiosetrauma of vroeg hechtingstrauma	164
Moederlijke ambivalentie	165
Niet gewild zijn	167
Identiteitstrauma	168
Poging tot abortus	169
Adoptie	170
Medische ingrepen	171
Medische ingrepen bij de moeder	171
Prenatale medische ingrepen	171
Kunstmatige bevruchtingen	172
De verloren tweelinghelft	175

Hoofdstuk 6	Begeleiding bij prenataal trauma	181
	Introductie	182
	Hervinden van het Zelf	184
	Herbeleven van de vroegste pijn	187
	Impliciete herinneringen expliciet maken	189
	Loslaten van gestolde energie	190
	Verlossing van chronisch ervaren onveiligheid in het zenuwstelsel	193
	De martelende pijn onder ogen zien en meedragen	198
	Een veilige (innerlijke) relatie	199
Hoofdstuk 7	Een haptonomisch perspectief	203
	Introductie	204
	Haptonomische pre- en postnatale begeleiding van ouders en kind	207
	Haptotherapie tijdens de zwangerschap	212
	Haptopsychagogische begeleiding	214
	Haptotherapie	216
	Prenatale herinneringen en herbelevingen in de haptotherapiepraktijk	220
	Een haptotherapeutische blik op begeleiding bij prenataal trauma	222
	Een veilige therapeutische relatie	222
	Hier en nu	225
	Veilige innerlijke gehechtheid	226
	Lichamelijke basis als anker	227
	Het lichaam en gevoelservaringen	228
	Aanraking en (verbroken) verbinding	231
	Contact met de hele mens	233
	Haptonomische begeleiding en haptotherapie in water	236
Hoofdstuk 8	De weg terug naar mijn oorsprong	243
	Een eigen verhaal	244
	Aangeraakt en onderuit	247
	Thuiskomst en verdwaald	252
	Heelwording en oorsprong	256
	Levensadem en vrijheid	260
	Van overleven naar leven	265

Hoofdstuk 9	Samenbrengend	269
Hoofdstuk 10	Overpeinzingen	283
	Nawoord	288
	Dankwoord	289
	Literatuur en bronnen	291
	Boeken	291
	Artikelen	294
	Relevante websites	298
Bijlage 1	Fases in behandeling van prenataal trauma	299
Bijlage 2	Bouwstenen ter ondersteuning bij de transformatie van trauma	300
	Eindnoten	302