

Meer informatie nodig?

Bent u angstig voor het verloop van uw zwangerschap, de bevalling, het onbekende, de baringspijn, uw ongeboren kind, het jonge ouderschap enz. ? Ervaart u stress?

Doe er iets aan en neem deel aan dit onderzoek.

Wanneer u nog vragen heeft, of u twijfelt aan uw deelname dan kunt u vrijblijvend contact opnemen met:

*Irena Veringa, MSc, onderzoeker
Universiteit van Amsterdam
Faculteit der Maatschappij en Gedragwetenschappen
Bezoekadres: Nieuwe Achtergracht 127, 1018 WS
Amsterdam
Postadres: Postbusnummer 15776, 1001 NG
Amsterdam*

T: 06 53184197

E: info@mbcpmidwife.nl

S: www.mbcpmidwife.nl

I've changed my Mind



Een wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van het op Mindfulness-Gebaseerde Bevalling en Ouderschap programma (MBCP) en het Baringsangst Consultatie programma voor vrouwen met angst voor zwangerschap, bevalling en het jonge ouderschap (en hun partners)



UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM



achmea 

Achtergrond en onderzoeksdoel

Uit verschillende onderzoeken blijkt dat angst tijdens zwangerschap, bevalling en het jonge ouderschap in relatie staat met minder gunstige geboorte uitkomsten voor moeder en kind, zoals bijvoorbeeld meer ingrepen tijdens de bevalling en toename van angst na de bevalling. Daarom willen we een onderzoek doen, om te kijken of het op mindfulness- gebaseerde programma (MBCP) of juist het Baringsangst Consultatie (BC) programma deze angst(en) en erbij horende klachten voor de zwangere vrouw en haar partner kan verminderen. Maar ook of het de kans op een voorspoedige bevalling, kraambed en jonge ouderschap kan vergroten. MBCP (*Mindfulness Based Childbirth and Parenting*) vertaald uit het Engels betekent: het op Mindfulness- Gebaseerde Bevalling en Ouderschap.

Partner

We weten ook dat de aanwezigheid van de partner van de zwangere vrouw van invloed kan zijn op haar emotionele welzijn en het verloop van de bevalling en de periode na de bevalling. Daarom raden we de deelname van uw partner aan dit onderzoek aan. Indien uw partner niet aan dit onderzoek kan deel nemen, dan kunt u een andere voor u belangrijke persoon, die tijdens bevalling aanwezig kan zijn vragen. U mag ook alleen deelnemen.

Hoe ziet dit onderzoek er uit?

Als u akkoord gaat om deel te nemen aan dit onderzoek wordt het niveau van de door u ervaren angst door middel

van een vragenlijst vastgesteld. U wordt (samen met uw partner) willekeurig via een computerloting in één van de studieruimten ingedeeld; het MBCP programma of het BC programma tijdens zwangerschap en eventueel het MBCP- Parenting programma na de bevalling (afhankelijk van uw wens). MBCP bestaat uit negen wekelijkse groepsbijeenkomsten van bijna drie uur. Een groep zal variëren van vier tot acht paren. De bijeenkomsten van MBCP zullen in het centrum van Amsterdam en Den Haag plaats vinden. BC bestaat uit een aantal consulten van ca. 45 min. Deze voor u gratis programma's worden op een doordeweekse avond of op de zaterdagochtend gegeven.

Wie kan er meedoen?

Aan dit onderzoek kunnen alle Nederlands- en Engelssprekende vrouwen meedoen, die minder dan 26 weken zwanger zijn en klachten van de bovengenoemde angst(en) ervaren.

Mogelijke voor- en nadelen voor u

Wanneer u deelneemt aan dit onderzoek, wordt er iets gedaan met de angst, die u ervaart, en de daarbij horende klachten, die daardoor mogelijk afnemen. Eventuele andere klachten zullen mogelijk eerder onderkend worden met behulp van de vragenlijsten. Daarnaast wordt uw partner bij het onderzoek betrokken wat mogelijk als een steun door u ervaren kan worden. Deelname aan het onderzoek is voor u kosteloos maar het invullen van de vragenlijsten neemt wel enige tijd in beslag.