



# Samen Bevallen

Opleiding tot zwangerschapsdocent



## Opleiding tot zwangerschapsdocente Samen Bevallen

### Inleiding

Deze folder geeft informatie over de opleiding tot zwangerschapsdocente Samen Bevallen. Als het je aanspreekt om 1 of 2 avonden per week te werken met een groep zwangere vrouwen en hun partner en je samen wilt werken met collega's uit je omgeving, dan is deze opleiding misschien iets voor jou. Wij hopen dat je zo enthousiast wordt dat je je aanmeldt want er zijn nog genoeg plaatsen in Nederland waar de cursus niet of te weinig gegeven wordt.

### Geschiedenis

In de vijftiger jaren begon de Franse gynaecoloog F. Lamaze met de psychoprophylactische methode vrouwen voor te bereiden op hun bevalling. Hij trainde zwangere vrouwen in het ontspannen en in het sterk concentreren op de ademhaling. Bovendien gaf hij informatie over de bevalling. Het uitgangspunt was dat vrouwen minder angstig en gespannen zouden zijn als zij wisten wat hen te wachten stond. Hij meende op deze manier een pijnloze bevalling mogelijk te maken. Ook de partners waren bij deze voorbereiding welkom. Dat was in die tijd echt iets nieuws. In de jaren zestig werd de psychoprophylactische methode in ons land geïntroduceerd. In de jaren zeventig ontstond er een discussie over het al dan niet pijnloos kunnen bevallen. Deze discussie leidde uiteindelijk tot een scheuring binnen de ontstane vereniging:

- De psychoprophylactische stroming stelde het pijnloos bevallen centraal.
- De Vereniging Samen Bevallen, opgericht in 1983, streefde ernaar onnodige angsten en onzekerheden rond de bevalling weg te nemen zodat beide (aanstaande) ouders deze met vertrouwen tegemoet gaan. Dat is ook nu nog het uitgangspunt van de cursus Samen Bevallen.

### Doel van de Vereniging Samen Bevallen

De Vereniging Samen Bevallen biedt de cursus Samen Bevallen door heel Nederland aan. Om een zo groot mogelijke uniformiteit van de cursus te bereiken zijn er richtlijnen opgesteld, onder andere over de prijs, de duur van de cursus en het aantal cursisten per groep.

De cursus is bestemd voor zwangere vrouwen en hun partner. We streven ernaar de (aanstaande) ouders zó voor te bereiden op de bevalling, dat het voor beiden een bewust hanteerbare, positieve en zo natuurlijk mogelijke gebeurtenis wordt, zonder onnodige spanning, angst of pijn. Juist de gezamenlijke voorbereiding is daarbij in emotioneel, relationeel en praktisch opzicht van groot belang.

### Inhoud van de cursus

In de cursus Samen Bevallen komen voorlichting, praktisch oefenen en het uitwisselen van gedachten en ervaringen aan bod. Het kunnen terugvallen op gezamenlijk opgedane informatie en aangeleerde vaardigheden geeft een veilige basis en een positieve en ontspannen impuls aan de bevalling. De bevallende vrouw leert hoe ze weëën op kan vangen en effectief kan persen. De partner leert hoe de vrouw te ondersteunen en aan te moedigen. Bovendien stimuleert de cursus de (aanstaande) ouders om thuis verder te praten over de bevalling en (de start van) het ouderschap.

### Doel van de opleiding

Om de kwaliteit van de cursus Samen Bevallen aan (aanstaande) ouders te waarborgen leidt de Vereniging Samen Bevallen zelf haar zwangerschapsdocentes op. De selectie door de regio vooraf en de kritische beoordeling tijdens de opleiding zorgen voor kwalitatief goede zwangerschapsdocentes. Zij kunnen het doel van de Vereniging Samen Bevallen optimaal realiseren.

### Profiel van een zwangerschapsdocente

Een zwangerschapsdocente Samen Bevallen is in staat zich in te leven in de unieke periode van het leven van de cursisten die op het punt staan hun kind te krijgen. Ze kan goed zelfstandig organiseren, staat open voor meningen van andere mensen en beschikt over goede contactuele eigenschappen. Haar ervaringen bij haar eigen bevallingen staan niet centraal. Ze is in staat de cursus in een huiselijke omgeving en sfeer te geven. Ze vindt samenwerking binnen de regio en de Vereniging Samen Bevallen belangrijk. Vanzelfsprekend heeft ze met goed gevolg de opleiding tot zwangerschapsdocente van de Vereniging Samen Bevallen afgesloten.



### **Verdiensten van een zwangerschapsdocente**

Afhankelijk van de afspraken binnen de regio brengt een zwangerschapsdocente minimaal € 180 tot maximaal € 225 (\*1) per ouderpaar voor een complete cursus in rekening. Voor een minicursus, herhalingscursus of privé cursus gelden andere tarieven. Een klein gedeelte van de inkomsten wordt jaarlijks afgedragen aan de Vereniging Samen Bevallen (afdracht is ongeveer €150) en daarnaast is het lidmaatschap van de vereniging verplicht (€35). Van de afdracht wordt de website onderhouden, de folders bijgehouden en goedkoop gedrukt, bijscholingen en jaarlijkse studiedagen georganiseerd, alle werkgroepen gesteund, etc. De overige inkomsten zijn voor jezelf.

### **Belasting technisch.**

Informeer bij de KvK welke constructie het beste bij jou situatie past. Ben jij de hoofdkostwinner of je partner, heb jij al andere werkzaamheden of niet, hoeveel uren wil jij gaan draaien met hoeveel stellen etc.

Al deze omstandigheden hebben invloed op hoe je het belasting technisch moet regelen. Je bent niet in dienst van de vereniging, iedere zwangerschapsdocente is ZZP-er, of heeft al een bedrijf waar ze Samen Bevallen onder hangen. Verdien je niet zoveel, dan kan het belastingtechnisch onder 'overige inkomsten' vallen. De KvK of je boekhouder kan je hierin duidelijk advies geven.

---

\*1 prijzen 2022.



## De opleiding

### Inhoud en opzet

Tijdens de scholingsdagen gaan we uitvoerig in op het proces van zwangerschap, bevalling en kraamtijd. In overeenstemming met de cursus Samen Bevallen komen theoretische voorlichting, praktisch oefenen en emotionele beleving aan bod. De gezamenlijke voorbereiding is daarbij steeds uitgangspunt. Bovendien wordt tijdens de scholingsdagen ingegaan op praktische, didactische en agogische aspecten van de cursus Samen Bevallen.

Halverwege het eerste opleidingsjaar maak je een huiswerktentamen. Het eerste opleidingsjaar wordt afgesloten met een praktijk- en een theorie tentamen. Dit moet met minimaal een 6 worden afgesloten, evt door middel van een hertentamen, anders ben je gezakt voor de opleiding.

Tijdens het eerste opleidingsjaar loop je twee keer stage bij een cursus Samen Bevallen. De eerste stage is een snuffelstage. Je krijgt tijdens die stage nog geen opdrachten. De tweede stage is een observatiestage, waarin je zelf een aantal lesonderdelen zult geven.

Na het theoretisch leerjaar schrijf je een cursusprogramma die, na goedkeuring van de stagebegeleider van de opleiding, de basis vormt voor je praktijkstage. Dit houdt in dat je een volledige cursus geeft, onder begeleiding van een ervaren zwangerschapsdocente. Nadat de praktijkstage met succes wordt doorlopen, wordt de opleiding afgerond met het eindgesprek.

Tijdens het tweede opleidingsjaar wordt er ook een terugkomdag georganiseerd, om het zwangerschapsdocente zijn in de praktijk te evalueren.

### Docenten

De opleiding wordt verzorgd door docenten met een uitgebreide staat van dienst. Tijdens de stages hebben de docenten contact met de stagegastvrouwen. Lessen met specifieke onderwerpen worden door gastdocenten (bv een verloskundige) gegeven.

### Toelatingseisen

Je wordt toegelaten tot de opleiding als je

- lid bent of wordt van de Vereniging Samen Bevallen
- zelf bevallen bent
- als zwangere een cursus Samen Bevallen hebt gevolgd of deze als toeschouwer volgt voor aanvang van de opleiding
- in verband met de regionale werkgelegenheid en de regionale samenwerking, schriftelijk toestemming hebt van de regio waarin je werkzaam zult zijn
- redelijkerwijs binnen de profielschets voor zwangerschapsdocente van de Vereniging Samen Bevallen past
- een goede algemene ontwikkeling hebt
- een HBO werk- en denkniveau hebt
- de faciliteiten hebt om de cursus Samen Bevallen thuis te geven of (in overleg met de regio waarin je werkzaam zult zijn) een andere geschikte ruimte ter beschikking hebt

In bijzondere gevallen kan van deze toelatingseisen worden afgeweken. Bij vragen of onduidelijkheden kun je contact opnemen met het opleidingsteam via [opleiding@samenbevallen.nl](mailto:opleiding@samenbevallen.nl).



## Praktische informatie

### Start

Bij voldoende aanmeldingen start ieder jaar in september de opleiding in Amersfoort.

Bij te weinig aanmeldingen kan deze datum verschuiven.

Locatie school: Malelande School, Juttepeergaarde 2, Amersfoort

### Verzuim

Indien de cursist verhinderd is een les te volgen dient dit vooraf gemeld te worden bij de opleidingscoördinator van de opleiding of bij de docent van de betreffende les. Er mogen niet meer dan **twee dagdelen theorie en twee dagdelen praktijk** gemist worden. Bij meer dan twee dagen of vier dagdelen absentie moet de opleiding beëindigd worden. Er wordt dan zoveel gemist, dat dit niet meer in te halen is. Absentie alleen met geldige reden zoals ziekte van Cio zelf of van eerste lijn.

### Duur

De totale opleiding duurt anderhalf tot twee jaar.

De scholingsdagen en tentamens vinden plaats op twaalf zaterdagen, in principe om de veertien dagen, van 10.00 uur tot 17.00 uur en worden afgesloten in het eerste opleidingsjaar.

Een aantal weken na de start van de scholingsdagen loop je voor het eerst stage. De tweede stage vindt later plaats, gedurende van het theoretisch opleidingsjaar. De praktijkstage ( ook wel eindstage genoemd) moet binnen een jaar na de laatste scholingsdag worden afgerond.

### Studiebelasting

De opleiding wordt op Hbo-niveau gegeven. De gemiddelde studiebelasting is, buiten de scholingsdagen en de stages, acht uur per week. Tot aan de kerst is de studiebelasting vaak nog goed te doen, in het nieuwe jaar komen de tentamens en loopt de studiedruk vaak wat op. Houd hier rekening mee. Alle tentamens moeten met minimaal een 6.0 worden afgesloten. Haal je een 5.9 dan ben je gezakt en mag je een hertentamen doen. Er mag niet meer dan 2x een hertentamen worden gedaan. Sta je hierna nog voor een vak onvoldoende dan wordt de opleiding per direct beëindigd. Dezelfde regel geldt als je meer dan 2 praktijk lessen en 2 theoretische lessen mist. In totaal dus 4 dagdelen. (een ochtend of een middag)

Er worden alleen vrijstellingen gegeven aan verloskundigen.



## **Kosten**

De kosten voor de opleiding bedragen:

- € 1600,- cursusgeld (\*2) en € 50,- administratiekosten

Dit is inclusief; de syllabus, een studiegids, een bekken, een geboorte atlas en een platenpakket.

Daarnaast moet je rekenen op ongeveer € 100,- voor het aanschaffen van verplichte literatuur.

## **Lidmaatschap vereniging**

Als je aan de opleiding wilt deelnemen dien je lid te worden van de vereniging. De kosten van het lidmaatschap zijn € 35,-. Als lid van de vereniging ontvang je elk kwartaal ons tijdschrift en krijg je korting op studiedagen.

## **Aanmelden**

Ben je na het lezen van deze folder geïnteresseerd in de opleiding, neem dan contact op met de OWG. Zij kan je doorverwijzen naar de regiocoördinator van je regio. Met de regiocoördinator en eventuele andere zwangerschapsdocentes uit de regio vindt een toelatingsgesprek plaats waarin het volgende ter sprake kan komen:

- Voldoe je aan de toelatingseisen van Samen Bevallen?
- Is er ruimte binnen de regio voor uitbreiding?
- Binnen welk gebied kun je gaan werken?
- Hoe gaat de verdeling van de cursisten?

Als de regiocoördinator en zwangerschapsdocentes instemmen met deelname aan de opleiding wordt het regiotoestemmingsformulier ingevuld. Het ondertekende formulier stuur je naar de OWG. Na ontvangst van het formulier ontvang je een bevestiging van inschrijving. Bij voldoende aanmeldingen wordt je op de hoogte gesteld door de OWG. Je krijg een aantal weken voor de start van de opleiding informatie over de cursusdata, benodigde boeken en wijze van betaling.

Ook word je uitgenodigd voor een introductieochtend om kennis te maken met de docenten van de opleiding, de opleidingscoördinator, een afgevaardigde van het bestuur en de andere kandidaten van de opleiding. Er wordt die ochtend informatie gegeven over de opleiding en de Vereniging Samen Bevallen. Er is dan ook gelegenheid voor een persoonlijk gesprek met één van de docenten of de OWG.



## **Ervaringen van zwangerschapsdocentes**

*“Ik heb genoten van de opleiding, al was het soms ploeteren geblazen. Ik werk nu een half jaar als zwangerschapsdocente en begin er echt in te komen.”*

*“Omdat je als zwangerschapsdocente alleen werkt, vind ik het heerlijk om met mensen uit mijn jaar te overleggen over wat ik meemaak in de cursus. Pas nu merk ik hoe belangrijk de organisatie van de vereniging is en hoeveel je daar aan kunt hebben.”*

*“Al die verschillende mensen bij je over de vloer die elk op hun eigen manier hun zwangerschap beleven en de bevalling tegemoet gaan ... het geeft mij veel voldoening bij te dragen aan een positieve ervaring van de bevalling.”*

Voor meer informatie kun je contact opnemen met:

### **De Opleidingswerkgroep**

t.a.v. Annette Mijnheer

Twekkelerweg 204

7547 RN Enschede

074-2437632

**[opleiding@samenbevallen.nl](mailto:opleiding@samenbevallen.nl)**

