

# Haptonomi: Ebeveynler ile Doğmamış Bebeğin Ruhuna Dokunmak: Geleneksel Derleme

## Haptonomy: Touching the Soul of the Unborn Baby with the Parents: Traditional Review

<sup>ID</sup> Hilal ÖZBEK<sup>a</sup>, <sup>ID</sup> Şükran ERTEKİN PINAR<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Tokat, Türkiye

<sup>b</sup>Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Sivas, Türkiye

**ÖZET** Ebeveynlik, genellikle anne ve babalar için stres oluşturan bir süreçtir. Özellikle ebeveynliğin ilk adımı olan gebelik dönemi de fiziksel değişimleri içeren, fakat psikolojik yönünün ihmal edildiği yaşamsal bir süreçtir. Bu zorlu süreç ile başa çıkabilmek için ebeveynler sosyal ve profesyonel olarak desteğe ihtiyaç duyarlar. Haptonomi, prenatal ve postnatal dönemde ebeveynler ve fetüs arasında duygusal etkileşim kurulmasını sağlayan bir uygulamadır. Ayrıca haptonomi, bebek ve ebeveynler arasında iletişimin erken başlamasına katkı sağlamakta, duygusal ilişkiyi geliştirmekte ve ebeveynliğe hazırlıkta etkili olabilmektedir. Haptonomi, "yaşam bilimleri" alanıdır. Bu alan, insanların duygusal ilişkilerini ve yaşamlarını araştırarak özellikle iletişim, etkileşim ve insan ilişkilerinin etkilerini inceler. Duygusal yaşam ile ilgili olarak bireyi güçlendirmek, iyileştirmek, iletişim kurmak için dokunmayı kullanan yeni bir deneysel bilim alanıdır. Haptonominin anne, baba ve bebek arasındaki iletişimi geliştirme ve duyguları paylaşmaya yardımcı olma gibi belirli etki alanları da vardır. Literatürde haptonomi ile ilgili sınırlı kaynak olduğu bildirilmekte, ülkemizde de haptonomiye yönelik literatür eksikliği bulunmaktadır. Haptonomi konusundaki çalışmalar sınırlı olsa da ebeveynler, bebek ve aile için yararlı olduğu, ebe, hemşire ve diğer sağlık profesyonellerinin uygulamalarında da destekleyici etkisi olduğu bildirilmektedir. Bu bağlamda çalışma, haptonominin ne olduğu, tarihi, kullanım alanları, ruh sağlığı ile ilişkisi ve nasıl uygulandığına yönelik bilgi eksikliğine açıklık getirmek amacıyla ele alınmıştır.

**ABSTRACT** Parenthood is a duration which usually stresses mothers and fathers out. Pregnancy period, which is especially the first step of parenthood, is a vital process that includes physical changes, but neglects its psychological aspect. Parents need social and professional support to overcome this difficult process. Haptonomy is a practice that provides emotional interaction between parents and fetus in the prenatal and postnatal period. In addition, haptonomy contributes to the early initiation of communication between the baby and the parents, improves the emotional relationship and can be effective in preparing for parenthood. Haptonomy is the field of "life sciences". This field by exploring people's emotional relationships and lives, especially examines the effects of communication, interaction and human relations. It is a new field of experimental science that uses touch to strengthen, heal, and communicate with the emotional life. Haptonomy also has certain areas of influence, such as improving communication between mother, father and baby and helping to share emotions. It is reported that there are limited resources on haptonomy in the literature, and there is a lack of literature on haptonomy in our country. Although the studies on haptonomy are limited, it is reported that it is beneficial for parents, baby and family, and has a supportive effect in the practices of midwives, nurses and other health professionals. At this side, the study has been handled with the aim of clarifying the lack of information about what haptonomy is, its history, usage areas, its relationship with mental health and how it is applied.

**Anahtar Kelimeler:** Ebeveynlik; haptonomi; ruh sağlığı

**Keywords:** Parenthood; haptonomy; mental health

Ebeveynliğe geçiş, anne babalar için stres ve kriz oluşturan bir süreç olabilmektedir.<sup>1</sup> Bu süreçte ebeveynlik rolünün kazanılması, ailenin esenliği kadar çocuğun gelişimi için de önemlidir.<sup>1,2</sup> Ebeveynliğin ilk adımı olan gebelik, fiziksel değişimleri içeren

fakat psikolojik yönünün ihmal edildiği yaşamsal bir süreçtir.<sup>3</sup> Bu süreçte gebeliğin istenmemesi, kabullenilmemesi ve uygun zamanın olmadığı düşüncesi stresi artırmaktadır.<sup>4</sup> Ebeveynler, bu zorlu süreç ile başa çıkabilmek için sosyal ve profesyonel olarak

**Correspondence:** Hilal ÖZBEK

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Tokat, Türkiye

**E-mail:** h.ozzbek@gmail.com



Peer review under responsibility of Journal of Traditional Medical Complementary Therapies.

**Received:** 24 Jan 2022 **Accepted:** 28 Feb 2022 **Available online:** 7 Mar 2022

2630-6425 / Copyright © 2022 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

desteğe ihtiyaç duyarlar.<sup>3</sup> Ebeveynlerin bu destek ile fetüsle bağ kurmaları, doğum öncesi dönemden başlar ve doğum sonrası ebeveyn-bebek ilişkisinin özelliklerini belirler.<sup>5</sup> Yenidoğan sağlığı da doğum öncesi dönemde başladığı için ebeveyn-bebek bağlanmasının erken dönemde başlaması anne, baba ve bebeğin iyiliği için oldukça önemlidir.<sup>2,4</sup> Özellikle bu dönemde fetüs ve ardından yenidoğan ile duygusal bir bağın kurulması, çocuğun sağlığını ve psikolojik gelişimini etkileyebilecek önemli bir etkidir.<sup>6</sup> Bu nedenle bireylerin ebeveynliğe hazırlığını sağlayan, fetüsle dokunsal ve sözel iletişimin kullanıldığı haptonomi gibi uygulamalar bulunmaktadır.<sup>6,7</sup> Haptonomi, prenatal ve postnatal dönemde ebeveynler ve fetüs arasında duygusal etkileşim kurulmasını sağlamaktadır.<sup>8</sup> Ayrıca haptonomi, ebeveynler ve çocuk arasındaki etkileşimi başlatmakta, duygusal ilişkiyi geliştirmekte ve bireyleri ebeveynliğe hazırlamaktadır.<sup>9</sup> Özellikle Fransa’da popüler olan uterustaki bebekle iletişim kurma anlamına gelen haptonomi, gebelik sırasında bebek ile bağ kurmayı teşvik etmek için desteklenmiştir.<sup>7</sup> Haptonomi, ebeveynlerin bebekleri ile duygusal bağ geliştirebilmeleri için dokunsal teması kullanır ve ebeveynin sevgi dolu dokunuşuna yanıt olarak fetüsün tepki vermesi beklenir.<sup>4,10</sup> Haptonomi konusundaki çalışmalar sınırlı olsa da ebeveynler, bebek ve aile için yararlı olduğu, ebe, hemşire ve diğer sağlık profesyonellerinin uygulamalarında da destekleyici etkisi olduğu bildirilmektedir.<sup>11-13</sup> Uluslararası literatürde haptonomi ile ilgili sınırlı kaynak olduğu bildirilmekte, ulusal düzeyde de haptonomiye yönelik literatür eksikliği olduğu görülmektedir.<sup>4,11</sup>

## HAPTONOMİNİN TANIMI

Haptonomi, “yaşam bilimleri” alanıdır.<sup>12</sup> Bu alan, insanların duygusal ilişkilerini ve yaşamlarını araştırarak özellikle iletişim, etkileşim ve insan ilişkilerinin etkilerini inceler.<sup>8</sup> Ayrıca duygusal yaşam ile ilgili olarak bireyi güçlendirmek, iyileştirmek, iletişim kurmak için dokunmayı kullanan yeni bir deneysel bilim alanı olarak da literatürde yer almaktadır.<sup>14</sup>

Haptonomi, Yunanca “hapsis” etkililik, “hapto” iyileştirici dokunuş ve “nomos” kalıplar veya kurallar terimlerinin birleşmesiyle oluşmuştur.<sup>15</sup> Duygusal ve dokunma bilimi olarak tanımlanır.<sup>12</sup>

Veldman, haptonomiye duygulanım bilimi olarak tanımlamıştır.<sup>8</sup> Haptonomi, bireyi bütüncül olarak ele almak, dokunsal temas kurmak, bir araya gelmek, bağlanmak ve diğerinin varlığını onaylamak anlamına da gelir.<sup>14,16</sup>

Haptonominin anne, baba ve bebek arasındaki iletişimi geliştirme ve duyguları paylaşmaya yardımcı olma gibi belirli etki alanları vardır.<sup>17</sup> Bununla beraber temel ilkesi; bir insanın anne rahmine düştüğü andan itibaren temel varlığının koşulsuz ve duygusal olarak onaylanması hakkıdır.<sup>18</sup> Haptonomi, bireyi daha annenin rahmindeyken yumuşak duygusal dokunuşlarla karşılar, varlığını doğrular ve erken dönemde iletişimi başlatır.<sup>9</sup> Yani insan varlığını fenomenolojik olarak kabul eder; (1) varoluşu doğrulama, (2) varlığın rasyonel onayı ve (3) duyuşsal doğrulama olmak üzere 3 yol olduğunu belirtir. Varoluşsal doğrulama; dil, din, ırk vb. herhangi bir ayırım gözetmeksizin bir kişinin var olduğunu, orada olduğunu onayını vermektir. Varlığın rasyonel onayı; bireyin varlığını, doğal mevcudiyetini ve işlevsel gerçekliğini tanımadır. Duyuşsal doğrulama ise doğum anından itibaren varlığın koşulsuz olarak onaylanması ve varlığın duygusal olarak kabul edilmesidir.<sup>8</sup>

## HAPTONOMİNİN TARİHİ

Haptonomi, XX. yüzyılın ortasında ortaya çıkmıştır.<sup>19</sup> Hollanda’da 1921 yılında doğan ve 25 Ocak 2010’da Fransa’da vefat eden Frans Veldman tarafından keşfedilen ve geliştirilen bir insan bilimidir.<sup>14,19</sup> Frans Veldman, bir terapist ve yaşam bilimleri araştırmacısıdır.<sup>12</sup> Veldman savaşın başlaması nedeniyle 1940’larda başladığı tıp eğitimini yarı bırakmak zorunda kalmıştır.<sup>15</sup> Veldman, savaş sırasında insanın hem cinslerinin zarar vermede ve şiddette aşırı derecede ileri gittiğini fark etmiştir.<sup>20</sup> Bu durum sonucunda, İkinci Dünya Savaşı sırasında oluşan duygusal yıkımdan kurtaracak ve hastaları tedavi edecek insan odaklı bir yol arayışına girmiştir.<sup>15</sup> Bu süreçte Veldman, savaşın insan ilişkileri üzerindeki etkisini ve önemini gözlemlemiştir.<sup>8</sup> Ayrıca bilimsel olarak öğrendiklerini teorileştirmeye, belirgin ve aktif bir şekilde aktarmaya çalışmıştır.<sup>14,15</sup> Veldman, 1960 yılında insanlar arasındaki duygusal etkileşimleri kapsayan haptonomiye tanımlanmış, geliştirmiş ve ta-

nıtımını yapmıştır.<sup>14,21</sup> Ayrıca haptonomiye geliştirirken, teori ve pratiği bir arada kullanmış ve haptonominin ilkelerini geliştirmiştir.<sup>22</sup> Veldman, 1980'li yıllarda haptonomi sayesinde babaların da fetüs ile iletişim kurabildiğini fark eden ilk kişidir.<sup>15</sup> Aynı zamanda 1980 yılında Uluslararası Haptonomi Araştırma ve Geliştirme Merkezini de kurmuştur.<sup>14</sup> Eşi ile birlikte evini bir eğitim merkezine dönüştürmüş, 2006 yılında da bu sürecin başlangıcından itibaren kendisine eşlik eden kişilere haptonominin iletilmesi sorumluluğunu devretmiştir.<sup>18</sup>

## HAPTONOMİNİN KULLANIM ALANLARI

Haptonomi, bir insanın doğumundan ölüme kadar tüm yaşamını ilgilendiren disiplinler arası bir yaklaşımın parçasıdır.<sup>8,21</sup> İnsanı bir bütün olarak kabul ederken, bedende ruhun ve aklın ayırt edilebileceğini ancak birbirinden ayıramayacağını savunmaktadır.<sup>15</sup> Bu nedenle yaşamın her aşamasında ve çeşitli sağlık disiplinlerinde kendine özgü uygulamalar vardır.<sup>12</sup> Uluslararası Haptonomi Araştırma ve Geliştirme Merkezi tarafından haptonomi ile ilgili sağlık alanında önerilen 4 yaygın uygulama vardır.<sup>19</sup> Bunlar:

**1. Haptonomi:** Ebeveynlerin fetüs ile doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde yaptığı bir uygulamadır.<sup>23</sup> Ebeveynler, annenin karnı üzerine ellerini koyarak fetüsü hissetmeye çalışır. Böylece fetüs ile oyunlar oynayarak ve duygusal temas kurularak bebeğinin bir tür karşılması yapılır; anne, baba ve fetüs arasında duygusal bir bağ kurulur.<sup>11</sup> Ayrıca duygusal birlikteliğin gelişimi desteklenirken; ebeveynlik duygusu paylaşılır, duygusal birlikteliğin gelişimi desteklenir.<sup>23</sup>

**2. Haptopsikoterapi:** Birey yaşamının anlamında eksiklik veya yoksunluk hissettiğinde, varoluşsal bir kriz yaşadığında iyi bir psikoduygusal sağlık oluşturmayı, iyileştirmeyi veya geliştirmeyi amaçlayan bir terapidir.<sup>24</sup> Bireye insan varlığının temeli olan yaşam arzusu ve dürtüsünü harekete geçirme olanağı sunar.<sup>12</sup> Ayrıca kronik psikiyatrik hastalıklarda, bireyin bilinçaltındaki bilinmeyen duygusal yetilerini ortaya çıkararak farklı bir deneyim yaşamasını sağlayabilir. Böylece bireyin hastalığını kabul etmesine, içgörü geliştirmesine ve rehabilitasyon sürecine katkı sağlanabilir.<sup>24</sup>

**3. Haptosinezis:** Tıbbi ve paramedikal bakım uygulamalarına özgü bir uygulamadır.<sup>25</sup> Bireyin fiziksel bir travma ya da hastalık sonrasında etkilenen vücut bütünlüğünün yeniden kazandırılmasını amaçlar.<sup>12</sup> Bu süreçte sağlık profesyoneli bireyin otonomisini göz önünde bulundurur, tedavinin en başından itibaren fiziksel ve duygusal durumunu birlikte ele alır, sadece hastalıkla veya sakatlıkla ilgilenmeyip psikolojik olarak da destekler.<sup>25</sup>

**4. Haptopedagoji:** Çocuğun ergenliğe kadar olan süreçte bireyselleşmesine rehberlik eder, duygusal olgunlaşma ile bilişsel öğrenmesi arasında uyumlu bir denge geliştirmeye çalışır.<sup>26</sup>

## HAPTONOMİ VE RUH SAĞLIĞI

Haptonomi ve ruh sağlığı ilişkisine bakıldığında çocuk, ergen ve erişkinlerle psikoterapide, gebelik ve doğuma hazırlık sürecinde uygulanmakta, destekleyici psikoterapi yöntemi olarak literatürde yer almaktadır.<sup>27</sup> Temel güven duygusunun gelişimini sağlayan etkili yollardan biri de psikodokunsal temastır. Bu temas, kendini güvende hissettiren şefkatli, açık, samimi ve saygılı bir dokunma ile olmaktadır.<sup>14</sup> Yani dokunuşlar ile psikolojik denge sağlandığı, güven duygusunun geliştirilmeye çalışıldığı duygusal bir alışveriştir.<sup>28</sup> Ayrıca birey iyi bir dokunuş ile güçlü bir bağlılık duygusu geliştirebilir.<sup>29</sup> Terapistler, haptonomide dokunmanın olumlu etkilerinden faydalanmakta, strese bağlı hastalıkların önlenmesi ve bireylerin bakımında koruyucu ve güven verici etkisinden yararlanılmaktadır.<sup>14,30</sup> Ayrıca gebelerde ve erişkinlerde psikoduygusal sağlığı geliştirmeye ve iyileştirmeye yardımcı olmayı amaçlar, duygusal yetersizliklerden kaynaklanan bozukluklara erken dönemde özgün yaklaşım sağlar. Özellikle haptopsikoterapi, ciddi psikopatolojilerde hastalığa uyum sağlamak ve başa çıkmak için kişinin kendi destek kaynaklarını fark etmesine yardımcı olmaktadır.<sup>31</sup> Haptonomi teorik, multidisipliner, nörofizyolojik, anatomik, klinik ve psikolojik geçmiş deneyimleri, beden ve aklın bütünlüğünü ve birbirlerinden ayrı tutulmayan süreklilik ilişkisini benimsemektedir.<sup>32</sup> Bu nedenle bakım ve eğitim ile ilgili tüm meslek disiplinleri tarafından uygulama alanlarında asıl mesleklerine ek olarak kullanılabilir.<sup>31,33</sup>

## HAPTONOMİ İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR

Yapılan çalışmalar, nonfarmakolojik yöntemlerden biri olan haptonominin gevşemeyi sağlayarak gebenin rahatlamasına destek olduğunu, doğum korkusunu azaltabildiğini, maternal depresyondan koruyabileceğini ve prenatal bağlanmayı artırabileceğini göstermiştir.<sup>34-37</sup> Ancak haptonomi ile ilgili yapılan araştırmalar sınırlıdır. Gebelerin haptonomik destek üzerine olan düşüncelerinin incelediği bir çalışmada, “gebelerin bebeğiyle olan iletişiminin ve bebeğini hissetmesinin arttığı, bebeğin tepkilerinin gebeyi mutlu ettiği” belirlenmiştir.<sup>38</sup> Ksycinski ve ark.nın “doğum öncesi haptonomik tekniklerin kullanımı ile bebeğin davranışları, ebeveynlerin deneyim ve tepkileri” isimli araştırmalarında, haptonominin ebeveynler ve doğmamış bebekleri arasındaki ilişkide önemli bir sözsüz ifade biçimi olduğunu belirlemiş, fetüs sağlığı ve ebeveyn memnuniyeti üzerindeki etkisinin çok önemli olduğunu ifade etmiştir.<sup>39</sup> Adam yaptığı çalışmada, haptonominin gebelik dönemi ve doğum süresinin sorunsuz geçmesine katkı sağladığını, doğum odasında kadınların rahatlamasını sağlayarak kendine olan güvenlerini artırdığını, korkularını ve endişelerini azalttığını ifade etmiştir. Aynı çalışmada, haptonomi ile evlilik bağının güçlendiği ve eşler arasındaki ilişkinin güçlenmesini sağladığı da bildirilmiştir.<sup>14</sup> Paica, doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde psikolojik danışmanlık yaptığı ve haptonomiye kullandıkları çalışma sonucunda annelerin korkularının azaldığını; Vignoli ise haptonominin sadece anne ve babanın bebek ile iletişimine odaklanan ayrı bir uygulama alanı olduğunu saptamıştır.<sup>22,28</sup> Pollman ve Hoffenaar’ın “haptonomik gebelik danışmanlığı ve ebeveynlerin çocuklarına doğum öncesi bağlanmaları” ile ilgili yaptığı çalışmada, deney ve kontrol grubuna alınan gebelerin her ikisinde de bağlanmanın eşit olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca doğum öncesi dönemde bağlamayı teşvik etmede de yararlı olduğunu gösteren bir çalışma bulunmaktadır.<sup>40</sup> Tison, “doğum öncesi haptonomi desteği: beklentiler ve çiftlerin deneyimi” isimli çalışmasında, fetüste dokunmanın ikinci aydan itibaren geliştiğini, fetüsün ebeveynlerin verdiği titreşimler sayesinde iletişim kurduğunu ve böylece bağlanmanın arttığını bildirmiştir.<sup>20</sup> Kaur

da aynı şekilde haptonominin, ebeveynler ile bebekleri aralarındaki bağı artırdığını ve eşler arasındaki bağı da güçlendirdiğini belirtmiştir.<sup>41</sup>

## HAPTONOMİ UYGULAYICILARI

Ebe, hemşire veya kadın doğum uzman tarafından uygulanmakta olan haptonomi, Hollanda’da Haptoterapistler Derneği üyesi olan nitelikli sağlık profesyonelleri tarafından uygulanan resmî bir meslektir.<sup>15,42,43</sup> Ancak bu uygulama alanı bağımsız bir meslek değildir, yalnızca asıl mesleğe (ebelik, hemşirelik, kadın doğum uzmanlığı gibi) ek olarak kullanılmaktadır.<sup>15</sup> Bunun için sağlık profesyonellerinin haptonomiye uygulamaya yönelik eğitim almaları gerekmektedir.<sup>12</sup> Bu eğitimlerde:

Prenatal ve postnatal haptonomi için; kadın doğum uzmanları, ebeler, çocuk doktorları, pratisyen hekimler ve psikologlar,

Haptopsikoterapi ve haptopedagoji için; psikiyatristler, çocuk doktorları, çocuk psikiyatristleri, psikologlar ve doktorlar,

Haptosinezis için; tıp ve paramedikal meslekler (doktor, hemşire, fizyoterapist vb.) yer almaktadır.<sup>12</sup>

## HAPTONOMİ UYGULAMASI

Haptonomi anne, baba ve bebeğin anne karnı üzerinden iletişim kurmasını sağlayan bir uygulamadır.<sup>11</sup> Dokunuşlar ile duygusal alışveriş sağlanır.<sup>28</sup> Haptonomi uygulanacak mekân hazırlanırken sakin, sessiz bir oda seçilir, yere karşılıklı minderler yerleştirilir. Kadının rahat bir şekilde sırtı desteklenerek bu minderlere oturması sağlanır. Uygulamayı yapan kişi ile gebe karşılıklı olarak oturur, gebenin dinlemek istediği müzik seçilir ve haptonomiye başlanır. Haptonomiye ilk olarak fiziksel rahatlatma seansları ile başlanır.<sup>28</sup> Bu aşamada birey gözlerini kapatarak, müzik eşliğinde fetüsle birlikte ve fetüs için nefes alıp verir. Böylece gebenin ihtiyaç duyduğu fiziksel ve psikolojik rahatlatma sağlanmaya çalışılır.<sup>28</sup> İkinci olarak enerji ve hayal kurma çalışması yapılır.<sup>28</sup> Bu aşamada, fetüsle derin bir temas kurabilmek için müzik eşliğinde terapötik dokunma ve hayal kurma yapılır.<sup>28</sup> Daha sonra enerji çalışması ile devam edi-

44 Bebeğini hayal etmesiyle ilgili telkinler verilerek bebeğinin yüzünü, dudaklarını, ellerini, kollarını bir bütün olarak bebeğini hayal etmesi sağlanır. Gebe kadın rahat oturması ve karnına dokunması için desteklenir.<sup>28</sup> Dokunma kullanılırken gebenin avuç içiyle parmaklarıyla oynayabileceği ve yavaş yavaş tüm göbeğine dokunabileceği iletilir.<sup>28</sup> Annenin fetüsle iletişim kurması için birkaç dakika karnına dokunması konusunda destek sağlanır.<sup>28</sup> Sonraki süreçte uygulamayı yapan kişi tarafından bebeğine seslenmesi ve onunla konuşması iletilir. Dokunma ve seslenme sonrasında fetüsün, karın üzerinden dokunulan bölgeye tepki vermesi beklenir. Bu, bebeğin ebeveynine verdiği cevaptır. Fetüs dokunulan bölgeye tepki verene kadar dokunma ve seslenme tekrarlanır.<sup>28</sup> Yapılan uygulamalar sonucunda ebeveyn ve bebek arasındaki bağ kuvvetlendirilerek bebeğin hareketlerini ve gebenin kendi duygularını tanıması sağlanır.<sup>12,28,34</sup> Uygulama sonunda haptonomi nefes egzersizleri ile sonlandırılır.<sup>14</sup>

## SONUÇ

Bu çalışma, haptonominin ne olduğu, tarihi, kullanım alanları, ruh sağlığı ile ilişkisi ve nasıl uygulandığına yönelik bilgi eksikliğine açıklık getirmek amacıyla ele alınmıştır. Bir insanın doğumundan ölümüne kadar tüm yaşamını ilgilendiren disiplinler arası bir yaklaşım olan haptonomi, daha anne rahmindeyken ebeveyn ve bebek arasında iletişimi sağlamaktadır. Ayrıca anne karnındayken ebeveynlerin, bebeklerinin ruhuna dokunmalarına ve bebekleriyle konuşmalarına olanak sağlamakta, daha gebelik olduğu andan itibaren bireyleri ebeveynliğe hazırlamakta ve duygusal bağlarını kuvvetlendirmektedir. Aynı za-

manda ebeler ve hemşireler tarafından da uygulanan haptonomi, gebelik sürecinin sağlıklı olarak geçirilmesini destekleyecek bakımın temel uygulamalarından birini oluşturmaktadır. Sonuç olarak anne babaların ebeveynliğe hazırlığında önemi büyük bir uygulama olduğu görülmüştür. Bu kapsamda; haptonomi ile ilgili araştırmaların artırılması, kanıt düzeyindeki araştırmalara yer verilmesi, sağlık profesyonellerini yetkilendirecek eğitimlerin açılması, araştırma sonuçlarının yaygınlaşmasını sağlayacak yayınların artırılması, bilimsel araştırma ve projelerin desteklenmesi önerilmektedir.

### Finansal Kaynak

*Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.*

### Çıkar Çatışması

*Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.*

### Yazar Katkıları

**Fikir/Kavram:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar; **Tasarım:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar; **Denetleme/Danışmanlık:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar; **Kaynak Taraması:** Şükran Ertekin Pınar; Hilal Özbek; **Makalenin Yazımı:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar; **Eleştirel İnceleme:** Şükran Ertekin Pınar; Hilal Özbek; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Hilal Özbek, Şükran Ertekin Pınar.

## KAYNAKLAR

1. McLeish J, Redshaw M. Mothers' accounts of the impact on emotional wellbeing of organised peer support in pregnancy and early parenthood: a qualitative study. BMC Pregnancy Childbirth. 2017;17(1):28. [Crossref] [PubMed] [PMC]
2. Trombetta T, Giordano M, Santoniccolo F, Vismara L, Della Vedova AM, Rollè L. Pre-natal attachment and parent-to-infant attachment: a systematic review. Front Psychol. 2021;12:620942. [Crossref] [PubMed] [PMC]
3. Thorstensson S, Ekström-Bergström A, Bäckström C. Effects of the "Inspirational Lecture" in combination with "Ordinary Antenatal Parental Classes" as professional support for expectant parents: a pilot study as a randomized controlled trial. Front Public Health. 2020;8:285. [Crossref] [PubMed] [PMC]
4. Bist L, Viswanath L, Nautiyal R. Childbirth preparation: concept article. Eur J Mol Clin Med. 2021;8(3):2197-206. [Link]

5. Dayton CJ, Brown S, Goletz J, Hicks L, Barron C, Sperlich M, et al. Pathways to parenting: predictors of prenatal bonding in a sample of expectant mothers and fathers exposed to contextual risk. *J Child Fam Stud*. 2019;28(4):1134-44. [Crossref]
6. Branjerdporn G, Meredith P, Strong J, Garcia J. Associations between maternal-foetal attachment and infant developmental outcomes: a systematic review. *Matern Child Health J*. 2017;21(3):540-53. [Crossref] [PubMed]
7. Steen M, Jones A, Woodworth B. Anxiety, bonding and attachment during pregnancy, the transition to parenthood and psychotherapy. *Br J Midwifery*. 2013;21(12):844-50. [Crossref]
8. Veldman F. Philosophy behind science. Confirming affectivity, the dawn of human life: the pre-, peri- and postnatal affective-confirming. Haptonomic accompaniment of parents and their child. *Neuro Endocrinol Lett*. 2001;22(4):295-304. [PubMed]
9. Poirier P. La préparation à la naissance et à la parentalité, ce qu'en savent les futurs parents. *Gynécologie et obstétrique*. 2011. [Link]
10. Nantel C. Conscious abortion: engaging the fetus in a compassionate dialogue. *J Prenat Perinat Psychol Heal*. 2021;35(2):1-20. [Link]
11. Arabin B, Metz GAS. "Environmental enrichment" und Schwangerschaft Paradigmen (epi)genetischer Folgen sozialer oder sensueller Stimulation [Environmental enrichment and pregnancy: paradigms of (epi)genetic effects of social or sensory stimulation]. *Der Gynäkologe*. 2020;53(7):433-43. [Crossref]
12. Célestin-Lhopiteau I, Wanquet-Thibault P. Haptonomie. Guide Des Pratiques Psychocorporelles: 25 Techniques (relaxation, hypnose, art-thérapie, toucher, etc.). 2<sup>nd</sup> ed. France: Elsevier Masson; 2018. p.186-90.
13. Kemper HC. Haptotherapy and science: revealing the secret of good research designs and valid measurement methods. *International Journal of Haptonomy and Haptotherapy*. 2017:1-17. [Link]
14. Adam E. L'haptonomie: Un projet pour une naissance. France: Université Henri Poincaré, Nancy I; 2012. Cited: September 28, 2021. Available from: [Link]
15. Verhoeven D. In Touch a History of the Haptotherapy Profession in the Netherlands. Hilversum: Sjeff Nix Design; 2016. [Link]
16. Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Wat is haptonomie? Available from: [Link]
17. Tournaire M, Theau-Yonneau A. Complementary and alternative approaches to pain relief during labor. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2007;4(4):409-17. [Crossref] [PubMed] [PMC]
18. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Frans Veldman. Available from: [Link]
19. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
20. Tison RB. L'accompagnement haptonomique prénatal: attentes et vécu des couples. *Médecine humaine et pathologie*. 2019. [Link]
21. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Presentation of haptonomy: Haptonomy. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
22. Vignoli L. Préparation à la naissance et à la parentalité en couple: ce qu'en pensent les primipères. France: Université Claude Bernard Lyon I; 2016. [Link]
23. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Haptonomie pré et postnatale. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
24. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Haptopsychotherapy. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
25. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Haptosynthesis. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
26. l'Haptonomie [Internet]. [Cited: December 25, 2021]. Haptopedagogy. International center for research and development of haptonomy. Published 2018. Available from: [Link]
27. Mamba AM. Complicated childbirth aid protocol inspired by Luba-Kasai therapeutic practice. *J Perina Ped*. 2018;2(1):1-7. [Link]
28. Paica CI. Prenatal and postnatal psychological counselling the conscious assumption of the maternal role. *Journal of Experiential Psychotherapy*. 2017;20(2):24-31. [Link]
29. van Leeuwen A, Plumiers C, Bosscher R. The clinical effectiveness of haptotherapy in routine practices. Final Report. Amsterdam: 2012. p.1-18. [Link]
30. Chatel-Goldman J, Congedo M, Jutten C, Schwartz JL. Touch increases autonomic coupling between romantic partners. *Front Behav Neurosci*. 2014;8:95. [Crossref] [PubMed] [PMC]
31. CIRDH. Frans Veldman formations appliquees au domaine de la sante. Frans Veldman training applied to the field of health. Haptonomie. 2011. p.1-15. [Link]
32. Dolto C. Prenatal affective exchanges and their subsequent effects in postnatal life. In: Buonocore G, Bellieni CV, eds. Neonatal Pain: Suffering, Pain, and Risk of Brain Damage in the Fetus and Newborn. 2nd ed. Cham: Springer; 2017. p.43-52. [Crossref]
33. Dolto C. Épigénétique, plasticité neuronale et vie affective pré-et post-natale au regard de l'haptonomie. Epigenetics, neuronal plasticity and pre- and post-natal affective life with regard to haptonomy. *Métiers la Petite Enfance*. 2017;23(242):28-31. [Crossref]
34. Klappers G. Can haptotherapy reduce fear of childbirth? Some first answers from a randomized controlled trial [PhD thesis]. Netherlands: Tilburg University; 2018. Cited: September 28, 2021. Available from: [Link]
35. Dolto C. Accompagnement haptonomique de la grossesse dans son aspect préventif en cas de dépression maternelle [Haptonomic accompaniment of pregnancy in its preventive effects in case of maternal depression]. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*. 2004;52(5):311-9. [Crossref]
36. Klappers GA, Paarlberg KM, Vingerhoets AJJM. Does haptotherapy benefit mother-child bonding in women with high fear of childbirth? *Int J Haptonomy Haptotherapy*. 2018;3(1):1-7. [Link]
37. Arslan A, Temiz G. The knowledge, attitude and behavior levels of midwifery students for the non-pharmacological methods used in the management of labor pain. *Perinatal Journal*. 2019;27(2):77-88. [Crossref]
38. Vinit F. Réflexions autour de l'accompagnement haptonomique de la grossesse. Reflections around the haptonomic accompaniment of pregnancy. *Filiigrane*. 2010;18(2):38-50. [Crossref]
39. Ksycinski W, Hartman-Ksycinska A, Pszeniczna E. PP-272: Prenatal baby's behaviour with the use of haptonomic techniques and the relevant experiences and reactions of the parents. *Early Hum Dev*. 2010:S125. [Crossref]

40. Pollmann MTF, Hoffenaar PJ. Haptonomische zwangerschapsbegeleiding en de prenatale gehechtheid van ouders aan hun kind [Haptonomic guidance of pregnancy and the prenatal attachment of both parents to their unborn child]. *Kind Adolesc.* 2017;38(2):108-19. [\[Crossref\]](#)
41. Kaur M. Preparation of childbirth and parenthood. *International Journal of Advances in Nursing Management.* 2020;8(3):263-7. [\[Crossref\]](#)
42. Klabbers GA, Wijma K, Paarlberg KM, Emons WH, Vingerhoets AJ. Treatment of severe fear of childbirth with haptotherapy: design of a multicenter randomized controlled trial. *BMC Complement Altern Med.* 2014;14:385. [\[Crossref\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[PMC\]](#)
43. Plooij EC, Zandvliet JJ. 'Voel je wel?': Haptotherapie in de eerstelijnsgezondheidszorg. *Bijblijven.* 2010;26:8-14. [\[Crossref\]](#)
44. Rathfisch G. Gebelikten Anneliĝe Yoga: Ebeveynliĝe Bedensel, Zihinsel ve Ruhsal Hazırlık. 1. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 2015.