

Az apák szerepe védőnői szemmel

A Védőnői Szolgálat

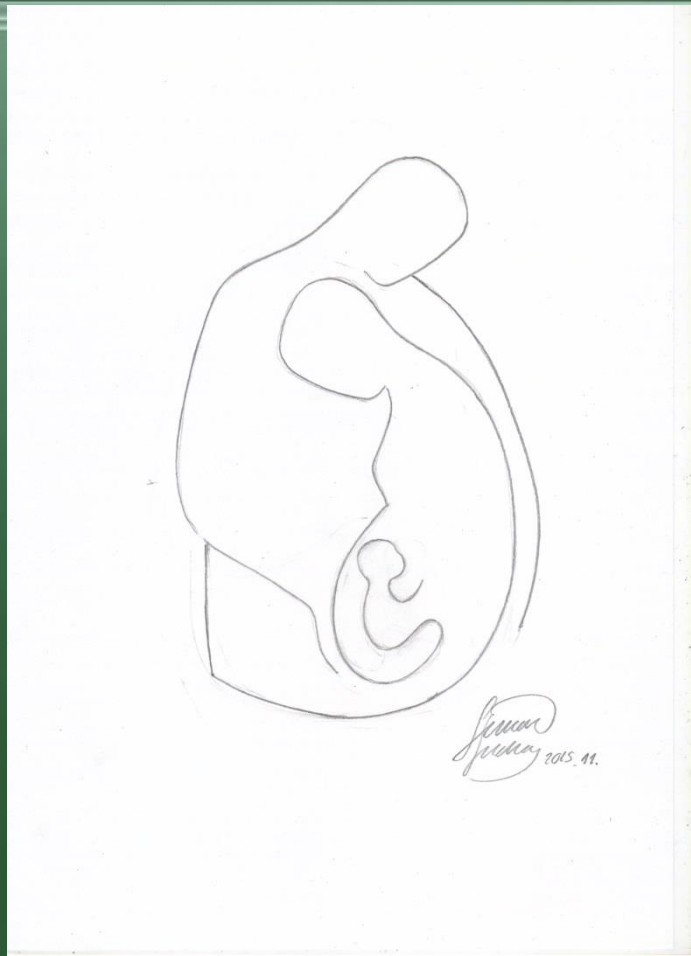
MA: 103 éves (1915.06.13.)

A kor társadalmi, gazdasági és demográfiai változásai hívták életre a védőnői hálózatot. Megalakulásakor a cél: a csecsemőhalandóság csökkentése és a nemzet számbeli erősítése volt.

Kezdeti szerepe: tudatlanság elleni küzdelem.

**A mindenkori társadalmi, népegészségügyi
kihívások,**

**hazai és nemzetközi demográfiai mutatók
mutatják az irányt.**



Az apák szerepe a védőnői gondozásban átalakult

- Elsődleges az anyák támogatása, tanítása, a velük való kapcsolattartás volt
- Az apák igénye is változott
- A védőnői szemlélet és módszertan változott
- A társadalmi szemlélet átalakult
- Az egészségügyi jogi és ellátási környezet, szemlélet átalakult, átalakulóban van

A védőnői gondozás a fiúk, férfiak, az apaság szempontjából

- Családban élő kisgyermek (szülőkön keresztül) egészségismeret, egészségmagatartás, életmód
- Gyermek közösségbe járók (óvoda: közösségi formában, családban) egészségismeret, egészségmagatartás, életmód
- Tanuló fiatalok (iskola, középiskola: egyéni és közösségi tanácsadás) családi életre nevelés, egészségismeret, egészségmagatartás

A védőnői gondozás a fiúk, férfiak, az apaság szempontjából

- Fogamzás előtti tanácsadás (egyénileg, párnak) szexualitás, családtervezés, termékenység, életmódi elemek hatásai, önismeret és párkapcsolat fejlődés
- A fogamzás előkészítése, a vágyott, várt utódok érdekében, férfi-apa szerep körvonalazása, formálásának támogatása a párkapcsolatban (esetleg egyénileg)
- A közös tervezés, kapcsolatépítés, kommunikáció

Az apák szerepe a gyermekváráskor

- Várandós gondozás (páros és csoportos) ismeretátadás, szülőszerepre, szülésre felkészülés folyamatában való részvétel: az anya motiválása a felkészülésben, saját maga részvétele, hogy részese lehessen a biológiailag anyában zajló folyamatoknak, a segítő módszerek elsajátítása, megbeszélése, kiválasztása, gyakorlása.
- A tárgyi és családi környezet közös átalakítása, az új helyzetnek való feltételek előteremtése.

Az apák szerepe a gyermekvárásakor

- A gyermekvárás testi-lelki változásainak megélése az anyák, az apák és a párcapcsolat szempontjából, megbeszélés, tanácskérés
- Az apa szerepei a gyermekvárás alatt: az anyának szerető, elfogadó külső támasz, biztonság nyújtása, a terhelés folyamatos optimalizálása, az anya magzatot óvó, védő, tápláló szerepének támogatása.

A védőnői gondozás a férfiak, az apaság szempontjából

- A magzattal (születendő gyermekével) való kapcsolat testi-lelki szinten való formálása, élmények megosztása az anyával, a családdal, kortársakkal, védőnővel.
- Már meglévő gyermekével való kapcsolat erősítése.
- A családi biztonság erősítése, tartása lelki és fizikai szinten.
- A szülési terv készítésében való részvétel

Az apák szerepe a szüléskor, születéskor

- Az anya lelki (elismerés, biztatás, a gyermek hívása, az elengedés segítése) és fizikai komfort igényei, szükségletei kielégítése
- Tanult módszerek igény és lehetőség szerinti alkalmazása
- Szülési munka támogatása aktív vagy passzív szerepben (előzetes megbeszélés, felkészülés és a szülési helyzet szerint)
- Fájdalomcsillapítás, lelki támasz, ellazulás, erő

Az apák szerepe a szüléskor, születéskor

- Az anyával való közös élmény megélése, belső érzelmi folyamatok, élmények megélése, az élmények rögzítése
- Kapcsolat segítése az anya és a szülésben segítők között
- Döntési helyzetekben való részvétel, közvetítés a két oldal között.

Az apák szerepe a szüléskor, születéskor

- A megszületés utáni anya-gyermek testi kapcsolat támogatása, a 3-as közös élmény megélése, a baba megfigyelése, köszöntése, az anya elismerése
- Császármetszés esetén apai (szőr) kontaktus biztosítása, ha erre lehetőség van
- Az aranyórában való részvétel, a szoptatás biztatása
- A családdá válás, a család kibővülésének lelki megerősítése
- Kommunikáció a külvilággal, családtagokkal (hírek)



Az apák szerepe a szülés, születés után

- Saját élmények átadása, megbeszélése
- Az anyával közös élményfeldolgozás,
- A szoptatásra, gyermekgondozásra biztatás, megerősítés
- Az anyával és az újszülöttel való kapcsolattartás (nehéz a mai kórházi körülmények között)
- Az anya lelki és komfort támogatása az új állapotban (fizikai fáradtság, új testi élmények, változások, fájdalom)

Az apák szerepe a szülés, születés után

- A gyermekkel való találkozás, kapcsolat: fizikai érintés, beszéd
- A családi otthoni környezet előkészítése
- A segítők megszervezésében való részvétel
- Ügyintézés
- Beszerzések
- Idő és figyelem a családra, apanapok igénybevétele, jelenlét

Az apák szerepe a szülés, születés után

- Az anya erősítése, elismerése, támogatása, szeretet közvetítés érzelmi szinten
- Az anya és az újszülött szükségleteinek támogatása
- Családi ritmus, külső-belső kommunikáció segítség
- A baba érintése, dajkálása, büfizés, fürdetés, masszírozás, beszéd
- A szexualitás változásainak közös megbeszélése
- Családtervezés megbeszélése



A védőnő szerepe a család életében

- A család tanítása, naprakész ismeretek átadása
- A gondozottak bizalmasa, tanácsadója, segítője
- Kísérő, megerősítő szerep, információs tábla, iránytű
- Kompetenciát erősítő, fejlesztő
- Támogató, helyzetfelismerő
- Közvetítő , szervező

A védőnő szerepe a család életében

- Az ellátási út megindítása, nyomon követése, támogatása
- A családi élettér megismerése, a szocio - kulturális háttér, szokások, hagyományok, értékek, célok
- A családban megjelenő működési zavarok felismerése, gondozása
- Közösségi kapcsolatrendszer, társas támasz erősítése

Főbb témakörök

- Életmód elemei (táplálkozás, mozgás, napirend, szexuális élet, káros szenvedélyek, lelki egészség)
- Egészségi állapot kontrollja, betegségek felismerése, szűrővizsgálatok
- Párkapcsolat, házasság harmóniája (szülői szerepek)
- Szabadidő, kultúra, közösségi - baráti kapcsolatok
- Önmegvalósítás, magánélet-munka egyensúly

A védőnő szerepe a család életében

HOGYAN?

- értő figyelem,
- segítő beszélgetés,
- tanácsadás,
- ismeret közlés-bővítés
- vélemény formálás
- motiváció
- pozitív, életigenlő gondolkozás támogatása

A védőnő szerepe a család életében

„A család élő rendszer, egyensúlyához és a benne élők jól léteéhez tápláló energia kell!”

Pál Ferenc atya előadása: 2014. Kattárs, Miskolc)

Az apai és anyai szerep megerősítése

Jól vagyunk, jól érezzük magunkat, ha:

- Észrevesznek, figyelnek ránk, figyelmesek velünk,
- Kölcsönös gondoskodás, törődés,
- Következésképpen ki kell ezt fejezni: tisztelet, megbecsülés, hála, emberi méltóság, büszkeség a másokra,
- Emberszámba vesszük a másikat, a szükségletek nem fontosabbak a másik embernél, és én nem eszköze vagyok a másik boldogságának.





**Köszönöm
megtisztelő figyelmüket!**

Várfalvi Marianna

Védőnőkért, új szülők és újszülöttekért Alapítvány

Kuratórium elnök

varfalvi.marianna@gmail.com