



Smernice za video susrete sa porodicama koje ocekuju bebu



Dom zdravlja
Novi Sad



HARMONIJA
CENTAR ZA PODRSKU RANOM RAZVOJU
PORODICNIH ODNOSIMA

unicef 

za svako dete

uz podršku The LEGO Foundation 

@UNICEF_Srbija / Pančić

Smernice za video susrete sa porodicama koje očekuju bebu

Period trudnoće je u životnom ciklusu porodice, prepoznat kao jedan od ključnih tranzicionih perioda. To znači da su pred porodicom zadaci i izazovi koje ona, koristeći aktuelne odnose i uloge, ne može da reši, i da je neophodno da razvije nove, a prilagodi postojeće. Svaki period tranzicije za porodicu znači izrazit stres i često pad u kvalitetu postojećih relacija.

Trudnoća predstavlja tranzicioni period za porodicu, bez obzira na to da li se radi o prvoj ili kasnijim trudnoćama.

Istovremeno, ovo su porodice koje prvi put upoznajete i imate šansu da sa njima uspostavite kvalitetan odnos i postanete važan oslonac njihove mreže podrške. Zato pažljivo planirajte video susrete tokom trudnoće. Svakako pre video susreta,

pozovite porodicu kako biste se upoznali i kako biste imali priliku da sa njima razmenite informacije o ovom načinu rada.

Šta je važno da imate na umu o porodicama tokom trudnoće?

Tranzicija u roditeljstvo podrazumeva sledeće ključne procese:

- Priprema i prihvatanje uloge roditelja - u ovom segmentu veoma je važno povezivanje sa bebom koje je preteča uspostavljanja kvalitetne emotivne veze sa bebom. U ovom domenu, pažnja se često posvećuje očitim procesima kod budućih majki, koji su vezani za napredovanje trudnoće. Iako su ovi procesi izuzetno važni i u sebi „kriju“ i strahove i pitanja vezane za tok trudnoće, brigu o preživljavanju i napredovanju ploda i prihvatanje uloge roditelja, oni realno nisu karakteristični samo za majke.
- Očevi takođe prolaze kroz ove zadatke tranzicije, ali su njihova pitanja i izazovi sa kojima se nose drugačiji. Imajte na umu da se vezano za ova pitanja podjednako





obraćate i majkama i očevima i da budete spremni da sa očevima govorite o, za njih relevantnim iskustvima.

- Formiranje roditeljskog saveza i promene u partnerskom funkcionisanju - preuzimanje roditeljske uloge podrazumeva, između ostalog, da roditelji uspostave specifičan međusobni odnos koji se tiče vaspitanja, brige o detetu i upravljanja porodicom (formiranje mreže podrške, podela posla u domaćinstvu). Ovaj odnos, koji zovemo roditeljskim savezom, osim što ima za cilj da obezbedi kvalitetan odnos svakog od roditelja sa detetom, ima za cilj i da osigura jasnu, direktnu i toplu interakciju među roditeljima koja omogućuje da jedan drugog podrže u preuzimanju uloge roditelja.
- Roditeljski savez, između ostalog, temelji na ideji o jednakoj vrednosti i jednakoj spretnosti i zainteresovanosti oba roditelja da se o detetu brinu. Zato je podrška razvoju balansiranog roditeljskog saveza jedna od ključnih oblasti podrške u ovom periodu života porodice. Jednako tako, dobro podržan roditeljski savez je preduslov uključenosti oca u brigu o detetu.

Ovo je takođe period kada se, u razvojnoj istoriji, aktuelnoj mreži podrške, aktuelnom mentalnom zdravlju i eventualnim rizičnim ponašanjima, kao i u kvalitetu aktuelnih relacija mogu prepoznati rizici za manje prihvatanje deteta, uloge roditelja ili rizici za manju sigurnost bebe u okruženju u kom se rađa.

Iako ne postoje nedvosmisleni naučni dokazi da suočavanje sa sterilitetom ili gubici u ranijim trudnoćama mogu negativno da se odraze na prihvatanje uloge roditelja i brige o detetu, ova iskustva, prema podacima istraživanja, nose sa sobom različite izvore i intenzitet stresnih iskustava i time utiču na kapacitete porodice da se prilagodi zadacima tranzicije. Uvek obratite posebnu pažnju na procese preuzimanja roditeljskih uloga u ovim porodicama.

Kako kontekst epidemije menja prilagođavanje u ovoj fazi života porodice?

Briga za zdravlje i neizvesnost, kao i socijalna izolacija (ili bar značajno redukovanje kontakata koje se preporučuje, izaziva snažan dodatni stres). Osim toga, može biti povod za niz drugih neprijatnih osećanja, pre svega

strah, briga, nemoć, ljutnja i slično. Pažljivo oslušajte izvor negativnog raspoloženja roditelja kako biste mogli bolje da odgovorite na emotivne potrebe porodica sa kojima radite. Budite spremni da date jasne instrukcije o tome šta su bezbedni kontakti i načini da se održi mreža podrške i kreira nova koja će biti potrebna u prvim danima zajedničkog života sa bebom.

Različiti rituali koji su tradicionalno vezani za dočekivanje bebe, u kontekstu epidemije neće biti mogući: žurke povodom skorog porođaja, ili nakon rođenja deteta, obilasci majke i bebe od strane rodbine i slično. Budite spremni da razgovarate o drugim načinima na koje se porodica može spremiti za doček bebe, imajući na umu funkciju ovih rituala - kreiranje mreže podrške za uspostavljanje novih uloga. Za neke od rituala - npr. nabavku stvari za novorođenče - budite spremni da date instrukcije koje osiguravaju bezbednost u kontekstu epidemije.

Imajte na umu da će različiti servisi formalne podrške porodicama biti ograničeno dostupni, ili potpuno nedostupni. Ovo se pre svega odnosi na školicu za trudnice i pripremu za porođaj i škole roditeljstva u zajednicama

gde su inače dostupne. Budite informisani o tome šta jeste dostupno u zajednici i spremni da podelite svoja saznanja sa porodicom. Ukoliko se priprema za porođaj ne realizuje u vašoj zajednici, budite spremni da o ključnim temama govorite na video susretu sa porodicom. Takođe, nastojte da, kada god je to moguće, budete informisani o procedurama u porodilištu. Ako to nije moguće, svakako porodice informišite o tome da će procedure biti specifične i usklađene sa epidemiološkim merama, te da budu pažljivi u praćenju instrukcija osoblja u porodilištima.

Određeni broj porodica može biti u riziku (imali su kontakt sa osobom koja je obolela), ili imaju simptome bolesti. Budite spremni da pružite jasne informacije o postupanju u smislu dijagnostike i daljeg praćenja trudnoće, kao i instrukcije o tome kako da prate svoje zdravlje, i kako da štite zdravlje ukućana.

Podsetnik za sadržaj video susreta

Na video susretima sa porodicama koje očekuju bebu svakako uradite sledeće:

Pridružite se porodici, upoznajte porodicu

Informišite porodicu:

- o znacima početka porođaja, boravku u porodilištu, periodu oporavka i prvim kontaktima sa bebom
- o sadržaju torbe za porodilište
- o potrebnoj opremi za period nakon dolaska iz porodilišta
- o bezbednom načinu nabavke opreme za porodilište i opremu nakon dolaska iz porodilišta
- o bezbednom načinu uključivanja drugih u brigu o domaćinstvu i bebi nakon dolaska iz porodilišta

Procenite:

- raspoloženje i mentalno zdravlje roditelja
- kvalitet odnosa u porodici
- kvalitet i bezbednost okruženja u kom porodica živi
- rizike i snage za prihvatanje deteta i brigu o detetu

Podržite:

- maštanje o bebi, razmišljanje o bebi, zamišljanje svakodnevnih interakcija sa bebom
- uspostavljanje saveza među roditeljima za brigu o bebi
- uspostavljanje bezbedne i korisne mreže podrške (koja ostavlja prostora roditeljima da se upoznaju i povežu sa bebom)

Najavite dinamiku i načine vašeg viđanja sa porodicom u narednom periodu.

► **Smernice za video susrete sa porodicama koje očekuju bebu**