

# Világra jönni

**Óratartók:** Holop Anikó és Mészáros Eszter – a Károli Gáspár Református Egyetem ötödéves pszichológia szakos hallgatói illetve szakképzett dülák (szülés körüli asszonytársi segítők), akik a KRE Pszichológiai Intézet PS7851 - Világra jönni (A szülés-születés pszichológiája) című óráját is tartották a 2009/10-es őszi félévben. Úgy érezzük, képzéseink és a tanítás során is olyan tapasztalati tudásra és szemléletre tettünk szert, amellyel utat mutathatunk az órára jelentkezőknek.

**Leírás:** Ez az óra a téma iránti elkötelezettség és lelkesedés, illetve a hiány következtében jött létre, amelyet észlelünk a mai társadalomban. Anyává válni egyre komplikáltabb feladat és egyre kevésbé érték, megélhető szépség, s mi ezt a magot szeretnénk elültetni a fiatal lányok szívében. Szeretnénk a szülés-születés témájához kötődő félelmeket eloszlatni és várakozássá formálni, illetve tudatossá tenni a leendő anyákat, hiszen ez a korosztály már a családalapításhoz vezető úton jár.

**Tematika:** Az első órán az érdeklődési kört felmérjük, s a meglévő terveinket igyekszünk rugalmasan a résztvevők igényeihez igazítani. Az órákat ismeretek átadása mellett powerpoint-vetítéssel, filmnézéssel, tematikus beszélgetős blokkokkal, és lehetőség szerint vendégelőadók (szülésznő, szoptatási tanácsadó, dúla ...) meghívásával színesítenénk.

Tervezett témáink:

- Családtervezés
- Babavárás a párkapcsolat szempontjából
- Babavárás anyai és apai oldalról
- A várandósság kilenc hónapja
- A magzati fejlődés, az intelligens magzat (magzati képességek)
- Anya-magzat kapcsolat
- Abortusz, nem kívánt terhesség, anyai szorongás hatásai
- Szülés – születés, alternatív szülési formák, technikák, apás szülés pro- és kontra
- Szülés körüli segítség/segítők szerepe (orvosok, szülésznők, dülák, bábák...)
- Szoptatás és gyermekágyi időszak
- Szülővé válás – anyaság, apaság
- Gyermeknevelés, kistestvér születik

**Keretek:** Az órákat előreláthatólag kéthetente duplaórába tömbösítve tartanánk meg, esetleg hetente, ha úgy inkább kényelmes. Mindez a csoport működésmódjától függ.