

ילדים והורים

95 הצעות ליום המשפחה
96 המעלות, הצעות ושעות סיפור
97 אירועים משכים

שמאדירים את הלידה כחוויה מעצימה. יכול להיות שחלק מהטראומה קשור לרף ציפיות גבוה מדי?

"זה בהחלט חלק מהעניין. לא הכל תלוי במה שקרה בלידה, לעתים נשים באות עם ציפיות ומתאכזבות. לעתים נשים מפנטזות על לידה טבעית ולא מודעות לכך שזה כאב או שהלידה עלולה להסתבך. יש מקרים שבהם נשים חושבות שיקבלו אפידורל ולא ירגישו כאב, אבל גם זה אינו אפשרי תמיד. אנחנו לא באמת יכולות להתכונן לכל התרחישים האפשריים. הכנה ללידה היא באמת עניין רחב מאוד. אחד הדברים המתסכלים במקצוע הוא שאנחנו משגרים את הזוגות ללידה אבל בעצם לא יודעים איך הלידה תתפתח. נשים מתמודדות עם מנעד רחב מאוד של רגשות שמעולם לא התמודדו איתם".

איך אפשר, אם בכלל לעשות טיפול מונע?

"קורס הכנה ללידה אמור להיות טיפול מונע שכזה. אנחנו משתדלים לדבר על הדברים כמות שהם, בלי לייפות את המציאות, לעשות הכנה רגשית ופיזית ולא להבטיח לידת קצרות ומאשרות. אני מאמינה שההרגול הוא היסוד להצלחה אישית ולסיפוק במהלך הלידה".

יש פנייה גם לצוותים הרפואיים?

"אנחנו בהחלט פונים גם לצוותי חדרי לידה. יש כאלה שקשובים מאוד ויש כאלה שהגישה שלהם היא שהם יודעים את העבודה והור".

נשים שעברו לידה טראומטית מגיעות לטיפול?

"יש לנו סדנת אחרי הלידה, למיפוי חוויות לידה, שבה אנחנו בודקים מה היתה החוויה במהלך הלידה, וגם נותנים כלים לריפוי החוויה הספציפית והכנה להיריון ולידה נוספת. בקליניקה אני גם פוגשת גברים שעברו חוויות לידה טראומטית שנובעת לעתים מחוסר אונים, למשל כאלה שנתקלו במשהו שלא היו מוכנים אליו או שלא יכלו לסייע לבת חוג".

מדובר באירוע שנמשך כמה שעות, נקודה קטנה בראצ' הזמן. האם זו לא הערכת יתר של חוויות הלידה?

"אמנם מדובר בחוויה קצרה, אבל זאת צריכה להיות חוויה טגורה ולא פצע פתוח. כדי שהיולדת תוכל להתפנות לדברים אחרים, חשוב לסגור את הקצוות ולא לתת לפצע לדמם, שהאם תהיה פתוחה ולא תסחוב כעסים בעקבות הלידה, למשל על בן הזוג שלא סייע מספיק, דבר שיכול להתבטא אחר כך ביחסים. לכן אני לא חושבת שיש כאן התמקדות יתר אלא התמקדות כדי לעזור לסגור את החוויה".

"נתק את האם", חמישי (1.4)
16:30:8:45, גן ארונים תל אביב.



דולה לכל בועלת. גילה רונאל ואם לעתיד

ממי דירסט

ילדים זה שמחה. או שלא. שיחה עם גילה רונאל על הכנה ללידה וטראומות לידה // ענבל קליין

חוויה סובייקטיבית שצריך לטפל בה, שלא חייבים לחיות עם זה. יוזמת הכנס היא גילה רונאל, המנהלת המקצועית של הרשת. רונאל מעבירה קורסי הכנה ללידה ועובדת באופן פרטני עם נשים לתיקון חוויות הלידה.

טראומת לידה היא תופעה עכשווית או שפשוט יש עכשיו יותר לגיטימציה לדבר עליה?

"מתברר שתמיד היו לידות טראומטיות. אני פוגשת נשים שילדו לפני 20 שנה ורבות מהן מדברות על הברידות שאחרי הלידה. יש משפט שאני שומעת כל הזמן והוא 'אפילו לא נתנו לי כוס מים...' אבל כיום יש יותר

יום האם הוא היום היחיד בשנה שבו הילדים מדיחים כלים ומכינים מגורות נייר לאמא. ברשת מרכזי דיאדה נמשך יום האם כל השנה. לרגל התג הם עורכים כנס שכתרתו 'לחבק את האם', שיעסוק בטראומות הלידה, ויארז את הפסיכותרפיסטים האמריקאית פיליס קלאוס לשלוש הרצאות בנושא. נושא הטראומות עולה על סדר היום באופן די אינטנסיבי בשנים האחרונות. בעבר אנשים שעברו חוויה קשה שהשאירה בהם משקעים היו נוטים לעבור על זה לסדר היום. כיום, בעולם הטיפולי ובכלל בעולם הרחב, אנשים מכירים בכך שטראומה היא