

KIM JEST DOULA?



Zawód douli (asystentki kobiety czasie ciąży i porodu) został od 2015r. oficjalnie wpisany na listę ministerialną (Dz. U. RP Warszawa, dn. 28.08.2014 r. Poz. 1145). Ale kim właściwie jest doula?

Doula jest osobą, która pracuje z kobietą w przełomowym dla niej okresie życia jakim jest ciąża, poród i połóg, wspiera ją swoim doświadczeniem i pomaga w tym bardzo ważnym ale i niełatwym momencie. Doula nie jest zawodem medycznym, a swoją pracę opiera przede wszystkim na osobistym doświadczeniu, czerpiąc z filozofii holistycznej opieki nad kobietą w ciąży, wspierając ją samą ale także pomagając pozostałym osobom z rodziny przygotować się na przyjęcie nowego jej członka i towarzysząc im w pierwszych chwilach po porodzie.

Słowo „doula” (gr.) oznaczało początkowo „służącą”, co należy rozumieć jako poświęcenie się w służbie dla drugiej osoby. Kiedyś funkcję douli spełniała starsza siostra, ciocia czy matka kobiety w ciąży, jednakże w obecnych czasach atomizacja społeczeństwa i załamanie się tradycyjnych ról wielopokoleniowej rodziny sprawia, że młoda mama zostaje nierzadko sama w tym niezwykle trudnym okresie swojego życia i bywa często osamotniona w starciu z niełatwymi pytaniami czy lękiem o siebie i zdrowie dziecka. Bywa przerażona zmianami jakie zachodzą w jej ciele zarówno w czasie ciąży jak i

porodu czy połogu. Nie zawsze może też otrzymać wsparcie w tym względzie ze strony personelu medycznego. Tę lukę wypełnia doula.

Kontakt pomiędzy doułą a przyszłą mamą rozpoczyna się już w trakcie ciąży wtedy to kobieta opowiada o swoich oczekiwaniach a doula stara się dostosować do jej indywidualnych potrzeb. Na sali porodowej Doula skoncentrowana jest na poprawie komfortu rodzącej, dba o przyjazną atmosferę, chwali, zachęca, motywuje, uspokaja a gdy kobieta tego potrzebuje dotyka, głaszcząc, masuje i oddycha razem z nią. Pozostaje z kobietą przez cały okres porodu. Pierwsze dni z dzieckiem to dla rodziców duże wyzwanie, doula może wesprzeć w karmieniu piersią, pokazać podstawy prawidłowej pielęgnacji i masażu dziecka, ale przede wszystkim troszczy się o kobietę. Doula dba by kobieta odkrywała swoje kompetencje i czuła się w nowej roli silna i pewna siebie.

W krajach Europy zachodniej oraz w Stanach Zjednoczonych zawód douli posiada dłuższą tradycję – i jest znany od lat 80 XX w., natomiast Polsce pierwsze doule zaczęły pracować w roku 2003. Największą organizacją zrzeszającą doule w naszym kraju jest stowarzyszenie „Doula w Polsce”, a od września 2015r. zostanie otwarte w Poznaniu pierwsze w Polsce roczne „Studium dla douli”.

Dr n. med. Małgorzata Chochowska
Mgr Patrycja Werbińska

