

Школы будущей матери работают в каждой женской консультации, но, возможно, не везде есть психолог.

В Клинике репродуктивной медицины с беременными занимается опытный перинатальный психолог. Занятия «Маминой школы» (приблизительно 1-2 раза в месяц) включают тестирование и тренинги беременных в игровой форме, через телесные практики, с помощью арт-терапии. В первом триместре (на сроках до 12-13 недель) на тренингах у будущей мамы сформируют адаптацию к ее новому состоянию. На индивидуальных либо групповых занятиях идет разбор ценностных ориентаций. Женщины заново учатся расставлять приоритеты.

Когда срок беременности перевалит за 12-13 недель, на занятиях будущим мамам помогут полностью осознать особенности своего состояния, привыкнуть к ощущению собственного дитя. На сроке от 25 до 40 недель с помощью психолога идет подготовка беременных непосредственно к родам, проводятся тренинги осознанного материнства.

В итоге после 10-12 занятий:

- женщина максимально полно подготовлена к родам – не только физиологически, но и психологически. Она знает, как вести себя в родах, обращая внимание не только на себя, но и на состояние своего малыша;
- молодая мама готовится к благополучному течению послеродового периода. Она не испытывает какого-либо страха, знает, как поступить в той или иной возможной ситуации, как можно при этом помочь себе самостоятельно;
- появившийся младенец не застанет маму врасплох – она в курсе основных особенностей младенческого возраста, разбирается в психологии новорожденного, знает его основные потребности;
- после тренингов для мамы не составит трудностей кормление ребенка грудью и уход за малышом.

Многие будущие мамы выбирают для контакта с психологом именно **Клинику репродуктивной медицины**, поскольку она находится в центре города, на занятия можно приходить вместе с мужем, к тому же, в удобное время - вечером с 17 или с 19 часов по понедельникам, средам и пятницам.

Тренинги для беременных

Автор: Маломеева
27.03.2010 23:43 -

Ждем Вас по адресу: г. Челябинск Ул. Советская, 38

Тел. 233-38-33, 263-51-19

www.clinica-repromed.ru

e-mail: clinica-repromed@mail.ru