



Czuły wstęp

Sięgasz po tę broszurę prawdopodobnie dlatego, że bliska Ci kobieta jest w ciąży albo właśnie została mamą, a Ty szukasz odpowiedzi na pytanie, jak ją wspierać. Jestem doułą i psycholożką, na co dzień pracuję w szpitalu ginekologiczno-położniczym, sama również jestem matką, więc temat wsparcia okołoporodowego jest mi dobrze znany. Cieszę się, że ten tekst trafił w Twoje ręce. Zapraszam Cię do tego, byśmy wspólnie przyjrżeli się kilku obszarom, w których – w moim odczuciu – Twoja obecność i troska są szczególnie ważne. To nie jest poradnik z gotowymi przepisami, co mówić i robić (lub czego unikać), kiedy Twoja żona/partnerka/córka/siostra/przyjaciółka spodziewa się dziecka lub niedawno je urodziła. Zachęcam Cię raczej do tego, by potraktować niniejsze opracowanie jako okazję do pobudzenia w sobie wrażliwości, do mentalnego pobycia nie tylko przy niej – tej bliskiej Ci kobiecie – ale też przy sobie.

Kiedy pisałam ten tekst, miałam wciąż przed oczami słowo CZUŁOŚĆ. Według słownika języka polskiego *czuły* ma kilka znaczeń: być czułym to odnosić się do kogoś z miłością, a także – być wrażliwym, wyczulonym na coś. Gdy mówimy o czułych mechanizmach, mamy na myśli, że są precyzyjne. Czułe organizmy to natomiast te, które szybko reagują na bodźce zewnętrzne. Serdeczność, wrażliwość, precyzja, szybkość działania. Niezły zestaw, prawda? Niech lektura tej publikacji będzie dla Ciebie pomocą w odkryciu tego, jak ogromną siłę ma czułość okazana kobiecie stającej się matką.