

**Kl. 7a7b7d CHŁOPCY WDŹ – LEKCJA OSTATNIA 5 z 5:  
TEMAT: PIERWSZE KROKI W SZCZĘŚLIWE DZIECIŃSTWO:**

**DO ZAPAMIĘTANIA!**

- 1) Miłość ojca i matki do dziecka jest ważna dla jego prawidłowego rozwoju, także przed urodzeniem.**
- 2) Poród jest dla kobiety życiowym zadaniem, do którego musi się przygotować, na przykład w szkole rodzenia.**
- 3) Wielkie znaczenie dla dziecka i matki ma karmienie naturalne.**



**Uważni i kochający rodzice są w stanie zaspokoić wszystkie potrzeby dziecka.**

**Więź matki z dzieckiem warunkuje prawidłowy rozwój psychiczny dziecka.**

LEKCJA 13/14. PIERWSZE KROKI W SZCZĘŚLIWE DZIECIŃSTWO 1



**Aktywna obecność  
ojca w życiu dziecka  
daje poczucie  
bezpieczeństwa  
matce i dziecku.**

LEKCJA 13/14. PIERWSZE KROKI W SZCZĘŚLIWE DZIECIŃSTWO 2

**Przez dobre  
przygotowanie się  
do naturalnego  
porodu, rodzice  
pomagają dziecku  
zmniejszyć szok  
porodowy.**



LEKCJA 13/14. PIERWSZE KROKI W SZCZĘŚLIWE DZIECIŃSTWO 3



**Kwiat potrzebuje słońca,  
aby być kwiatem.  
Człowiek, aby być człowiekiem,  
potrzebuje miłości.**

(Phil Bosmans)

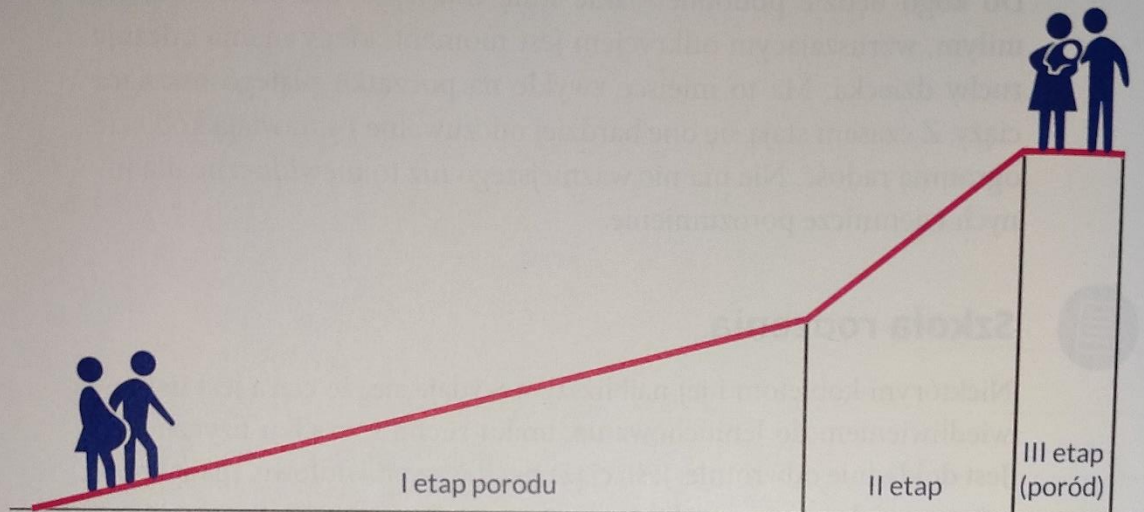
523

LEKCJA 13/14. PIERWSZE KROKI W SZCZĘŚLIWE DZIECIŃSTWO 4



## Narodziny dziecka – wielkim przeżyciem

Ingrid Trobisch, autorka książki *Być kobietą*, porównała poród do górskiej wspinaczki.



**Pierwszy etap** – zaczyna się na kilka godzin przed samym porodem i polega na stopniowym rozwieraniu szyjki macicy. Co parę minut pojawiają się skurcze, trwające około trzydzieści sekund. Kobieta podczas tej fazy nie musi leżeć, może chodzić po pokoju, brać kąpiel, korzystać z akcesoriów przyspieszających poród, np. dużych piłek czy drabinek. Może też współpracować z mężem, który masując jej plecy, łagodzi ból i mobilizuje do odpowiednich ćwiczeń. Bardzo ważny jest sposób oddychania, aby dotlenić siebie i dziecko. W czasie ciąży warto nauczyć się oddychania torem przeponowym, czyli brzuszny. To najlepszy sposób dostarczania organizmowi tlenu. Pierwszy etap wspinaczki jest stosunkowo długi, ale łagodny.

**Drugi etap** – to bardziej stroma ścieżka. Dziecko jest wpychane w kanał rodny. W tej fazie również bardzo ważny jest sposób oddychania. Tu przyda się instrukcja otrzymana w szkole rodzenia.

**Trzeci etap** – to ostra wspinaczka. Ten etap trwa krótko. Następuje przejście główki dziecka przez ostatni odcinek dróg rodnych. Teraz szczególnie ważna jest rola męża, jego słowa otuchy, trzymanie za rękę, dodawanie odwagi. Matka, która współdziała z lekarzem położnikiem, traktuje poród jako ważne życiowe zadanie. W momencie, kiedy wysunie się ciało dziecka, następuje dla małżeństwa niezapomniana chwila: radość oglądania nowej istoty ludzkiej, którą stworzyła ich miłość. Ojciec przecina pępowinę; maleństwo zostaje odłączone od matki. Położna podaje noworodka mamie. Niemowlę czuje bicie serca matki i jej ciepło. Zmniejsza to szok przystosowania się dziecka do nowej rzeczywistości.



REDMI NOTE 9 PRO  
AI QUAD CAMERA

**1**

## Praca w grupach

Po przeczytaniu poniższych wypowiedzi, podzielcie się w grupach swoimi refleksjami.

@

### Było to coś wspaniałego

Ja przy narodzinach naszego pierwszego brzdąca – Kubusia byłem i wspominam to zdarzenie jako coś wspaniałego. Było to prawie 5 lat temu ale pamiętam jak dziś, jak pojawił się na świecie malutki człowieczek. Teraz oczekujemy drugiego bobaska – córeczki Amelki, i tak jak przy narodzinach Kubusia, mam zamiar wspierać moją żonę w miarę swoich możliwości.

Krzysiek74

za: <http://www.maluchy.pl> [dostęp: 26 czerwca 2017 roku]

@

### Męska decyzja

Jeżeli któryś z panów myśli nad tym, czy być przy porodzie czy nie, niech się przestanie zastanawiać, tylko podejmie decyzję o wsparciu małżonki w tej pięknej a jakże ciężkiej chwili. To jest bardzo ważne i bardzo istotne dla kobiety – wsparcie przyszłego tatusia.

Dla mnie bycie przy Żonie w trakcie narodzin naszego syna było największym wydarzeniem w moim życiu. Nie spodziewałem się, że ta sytuacja wyzwoli we mnie tak dużo adrenaliny i trzeźwego spojrzenia na sytuację. Podczas całego procesu trzymałem Żonę za rękę, przypominałem o oddychaniu, w końcowej fazie mocno się przytulaliśmy. Potem kulminacja – przecięcie pępowiny! Nie oddałbym tych chwil za żadne pieniądze na świecie. Adrenalina była tak silna, że zeszła dopiero po 4 godzinach i wtedy popłakałem się ze szczęścia jak mały chłopiec.

Bartek\_Poznań

za: <http://www.maluchy.pl> [dostęp: 26 czerwca 2017 roku]

**2**

## Jak to było?

Porozmawiaj z rodzicami o ich przeżyciach związanych z Twoim przyjściem na świat.



REDMI NOTE 9 PRO  
AI QUAD CAMERA