יצירת מרחב מוגן ללידה:
מודל טיפולי רב-מקצועי לחיזוק המסוגלות ההורית בקרב נשים עם רקע טראומטי

מחברים: מוניק אטיאס, דר' רעיה טשליצקי מדר, אלינה קופיטמן, שירה בירנשטוק-כהן, דפנה גרוס אוריין
המרכז הרפואי האוניברסיטאי סורוקה

רקע

תקופת ההיריון והלידה מהווה הזדמנות ייחודית ומשמעותית עבור נשים בעלות היסטוריה של טראומה לחוות לידה רגועה ומוגנת.
שילוב התערבויות רב-מקצועיות של מיילדות ועבודה סוציאלית יחד עם ליווי טיפולי מותאם אישית, מקדם זיהוי מוקדם של טריגרים במהלך הלידה ופיתוח אסטרטגיות התמודדות יעילות עם לחץ וכאב.
התערבויות אלה תורמות לבניית קשר ראשוני מיטבי ובטוח בין האם לתינוק, ומחזקות את המסוגלות העצמית האימהית.

מטרות

בניית תכנית לידה מותאמת אישית מהווה בסיס ללידה בטוחה, לראיית הצרכים האישיים של היולדת, לחיזוק המסוגלות האישית, העצמית והאימהית, ומתן חווית לידה מיטבית.

שיטות

הפרויקט מתבסס על מודל רב מקצועי.

למטופלת נבנית תכנית לידה אישית בליווי מיילדת ועובדת סוציאלית, הכוללת: מפגש משותף, סיור בחדר לידה ובמיון יולדות ובניית תכנית העדפות לידה כתובה.

פותח כלי הערכה קליני ייעודי המבוסס על ראיון מובנה לצורך בדיקת המסוגלות העצמית האימהית.



ממצאים עיקריים

התמות העיקריות שעלו:
1. **תכנית הלידה כעוגן של ביטחון ושליטה:** התוכנית מקדמת תחושת שליטה, מפחיתה חרדה, מצמצמת תלות בקבלת הסברים חוזרים מהצוות הרפואי ומכינה את היולדת באופן מיטבי לקראת הלידה.
2. **תפקיד הצוות המטפל:** הכלה, מוכנות והקשבה מעמיקה לרקע האישי של היולדת נמצאו כגורמים מכריעים ליצירת חווית לידה חיובית.
3. **חיזוק החיבור הרגשי לתינוק:** תכנית זו מאפשרת ליולדת לחוות לידה רגועה ומוגנת, ולהגיע לחיבור עם התינוק כבר מהרגע הראשון.
4. **העצמה ושיקום נפשי:** בעיני היולדת, הלידה נתפסת כהצלחה אישית ותורמת-לחיזוק החוסן הנפשי.

דיון ומסקנות

ממצאי הפרויקט ממחישים כי שילוב של שיח מקדים, סיור בחדר לידה ותוכנית לידה מותאמת אישית מהווים עוגן משמעותי עבור נשים עם רקע טראומתי.

ההיערכות המוקדמת של הצוות הרב-מקצועי הינה גורם חיוני ההופך את הלידה למרחב מוגן ויוצר חווית לידה רגועה התורמת לביסוס קשר רגשי עמוק עם התינוק, ומעניקה ליולדת תחושת גאווה, העצמה ושיקום נפשי מיטבי.

המלצות

מומלץ להטמיע את מודל הטיפול הרגיש לטראומה כסטנדרט מעשי, המבוסס על היערכות מוקדמת והבניית תוכנית הלידה האישית של היולדת.
יש לוודא שיתוף פעולה הדוק בין הצוותים המטפלים על מנת לייצר ליולדת מרחב מוגן, מרגיע ובטוח המקדם חיבור ראשוני מיטבי עם התינוק והמשך רצף טיפולי מיטבי לאם ולילוד כאחד.