

***Мандала родов – идем
глубже в сакральный круг***

**Конференция «Как поддерживать на пути
изменений?», январь 2020**

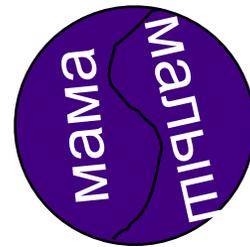
Рия Демпси

мандала

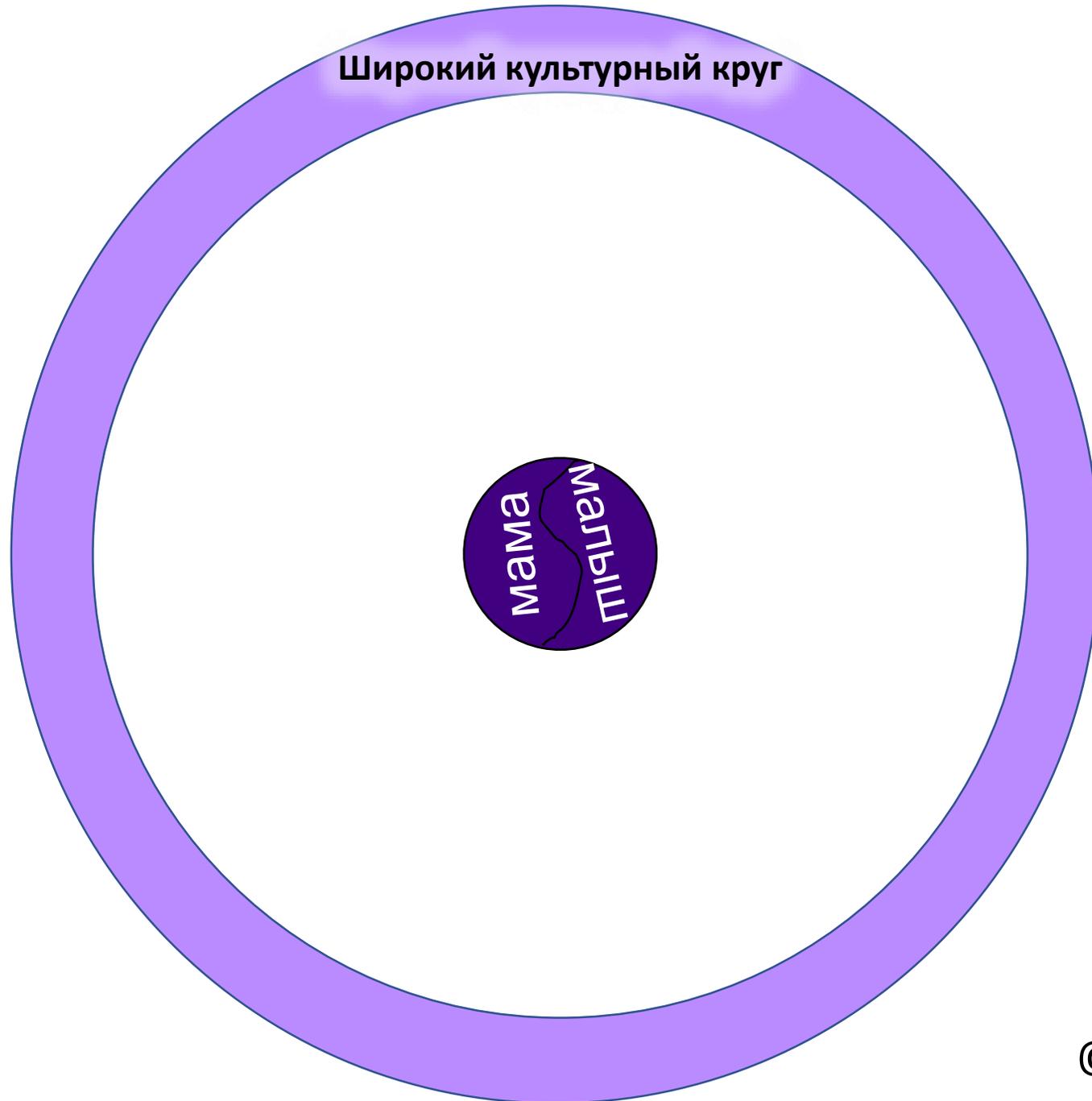
*древний сакральный круг, отражающий
цельность и целостность
медитативный вид искусства, духовная практика,
психологический инструмент рефлексии*

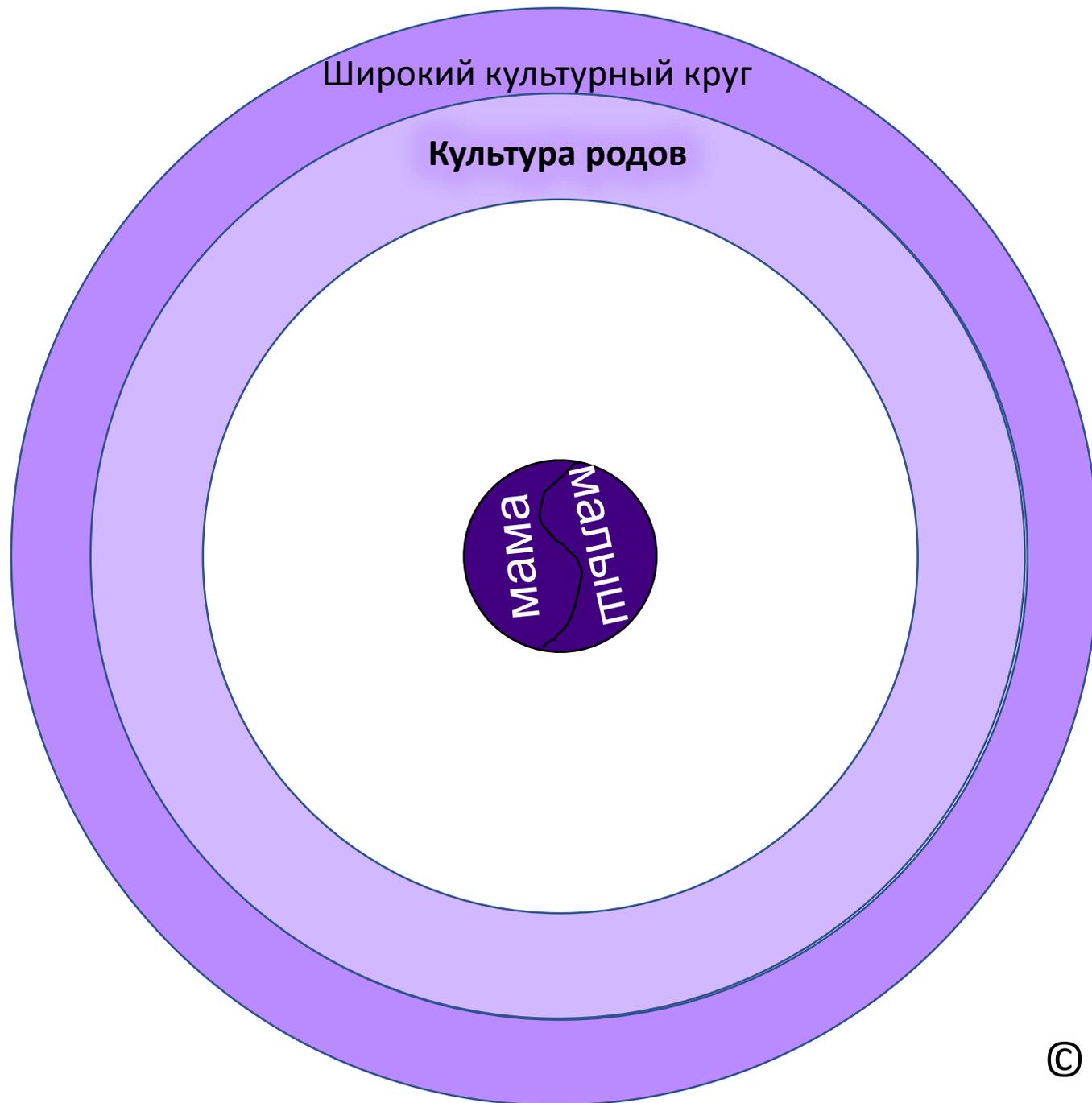
Мандала родов

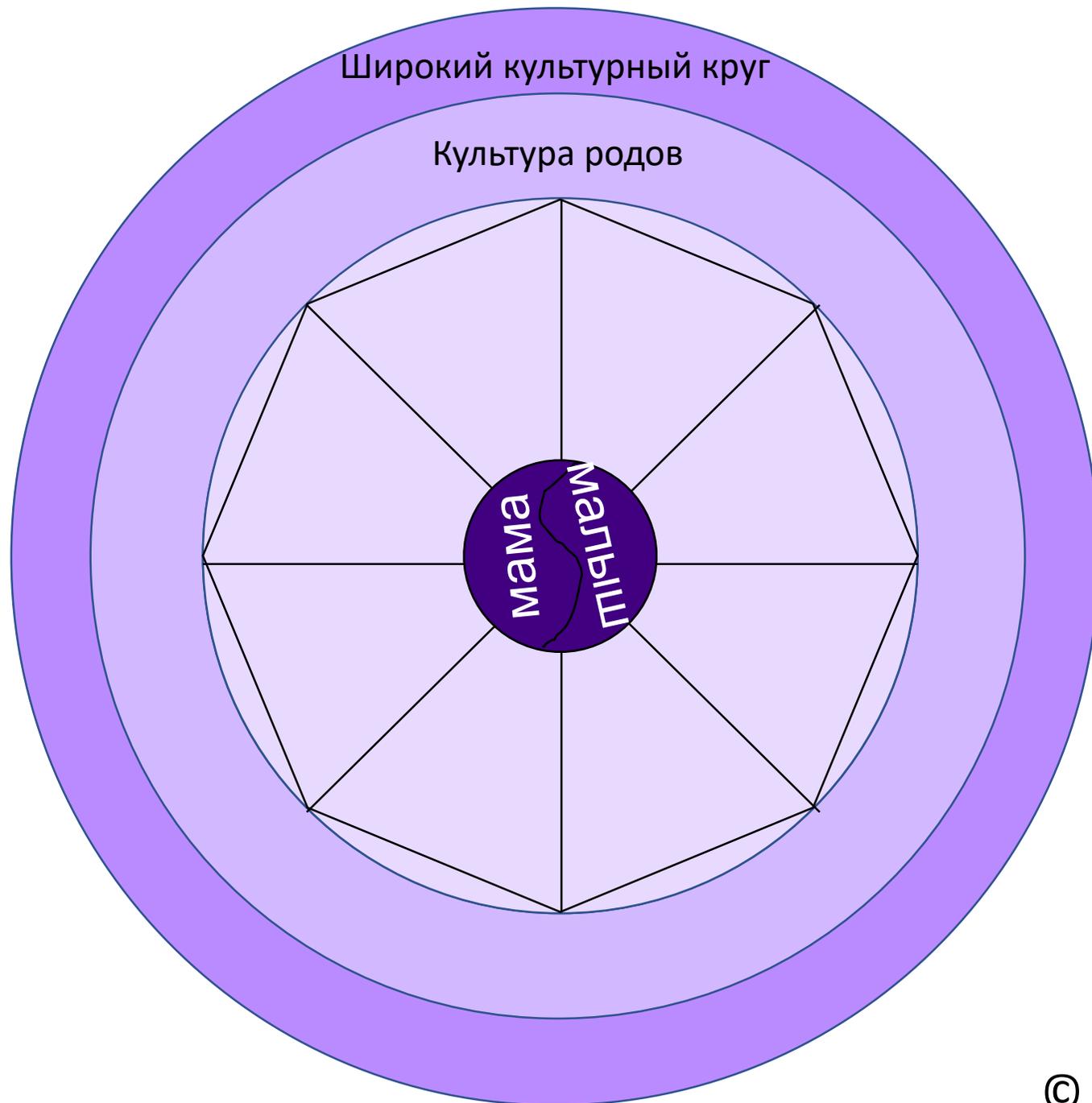
*инструмент рефлексии, позволяющий увидеть
целостную картину всех факторов,
определяющих опыт родов*



Широкий культурный круг





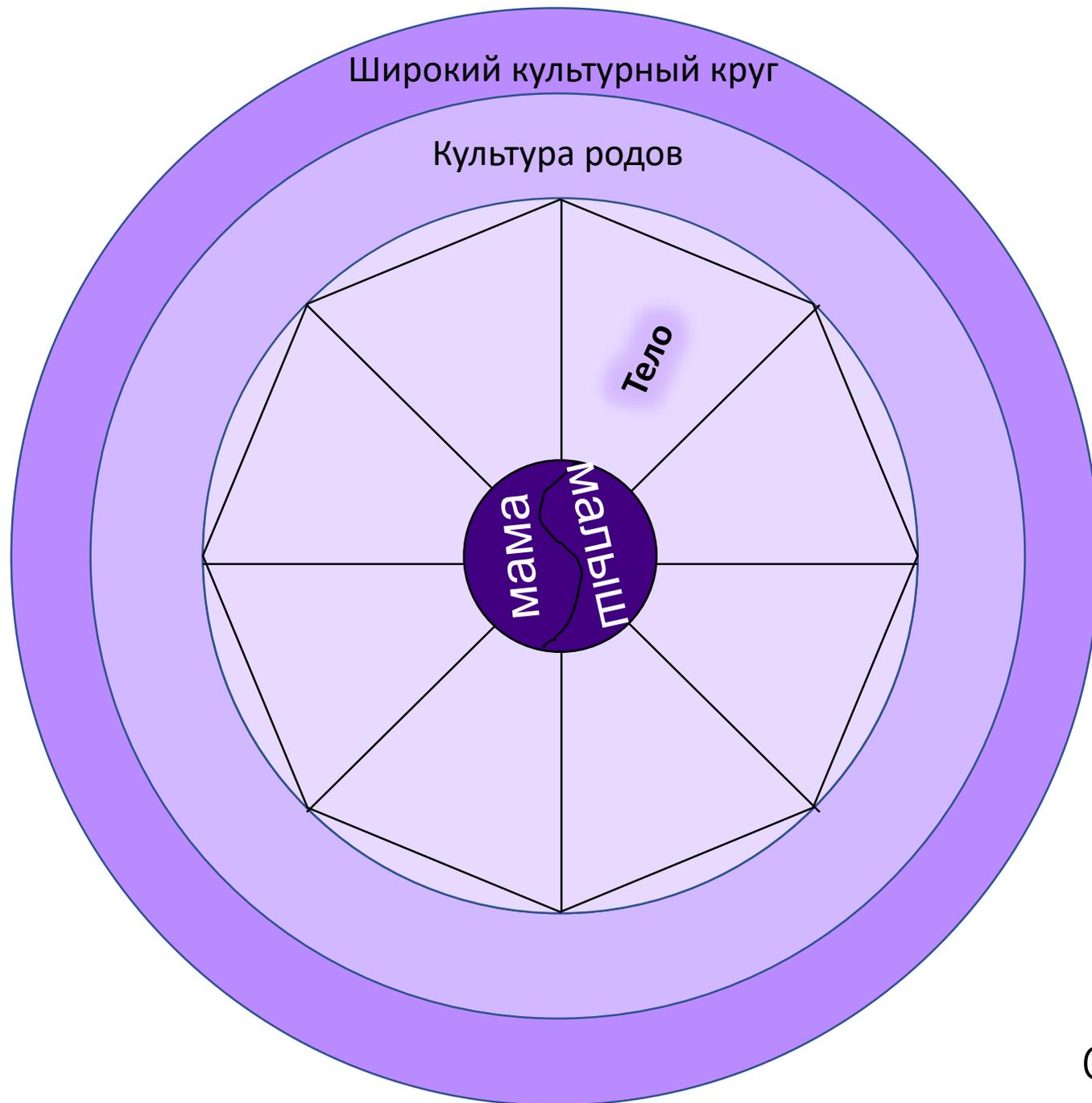


Широкий культурный круг

Культура родов

мама

малыш



Тело – физическое, материальное

здоровье, здоровый образ жизни,

телесная **ПАМЯТЬ** – сознание тела,

‘**собственные роды**’,

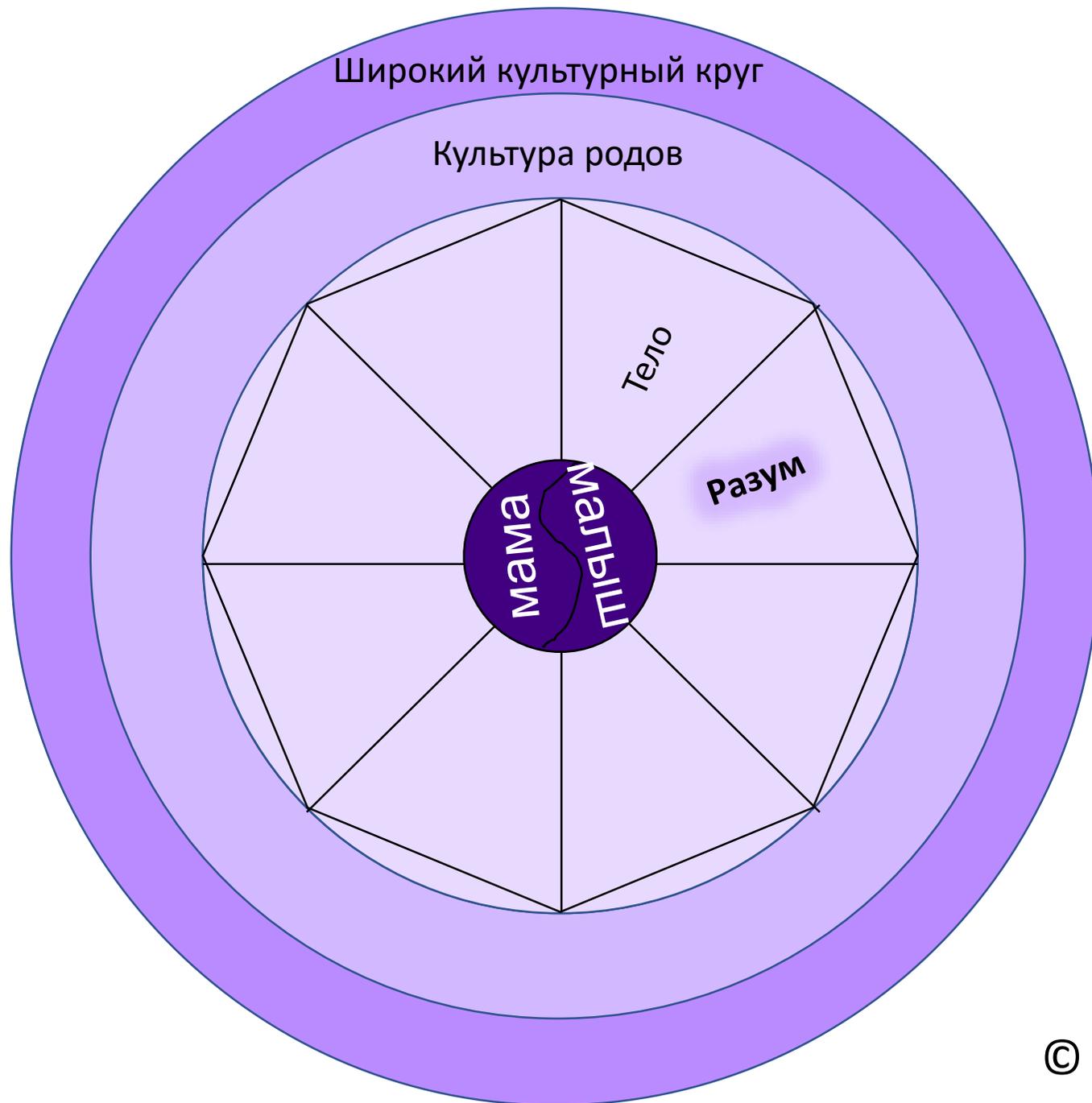
ГОРМОНЫ - *менструации & опыт кровотечений,*

предыдущие беременности & опыт родов, **доверие** телу

устойчивость к боли, кризис доверия,

дыхание, расслабление, навыки работы с болью,

уверенность в теле



разум - знания

информация – выборы относительно родов, процесс родов,
гормоны родов,

знания которые имеют значение –

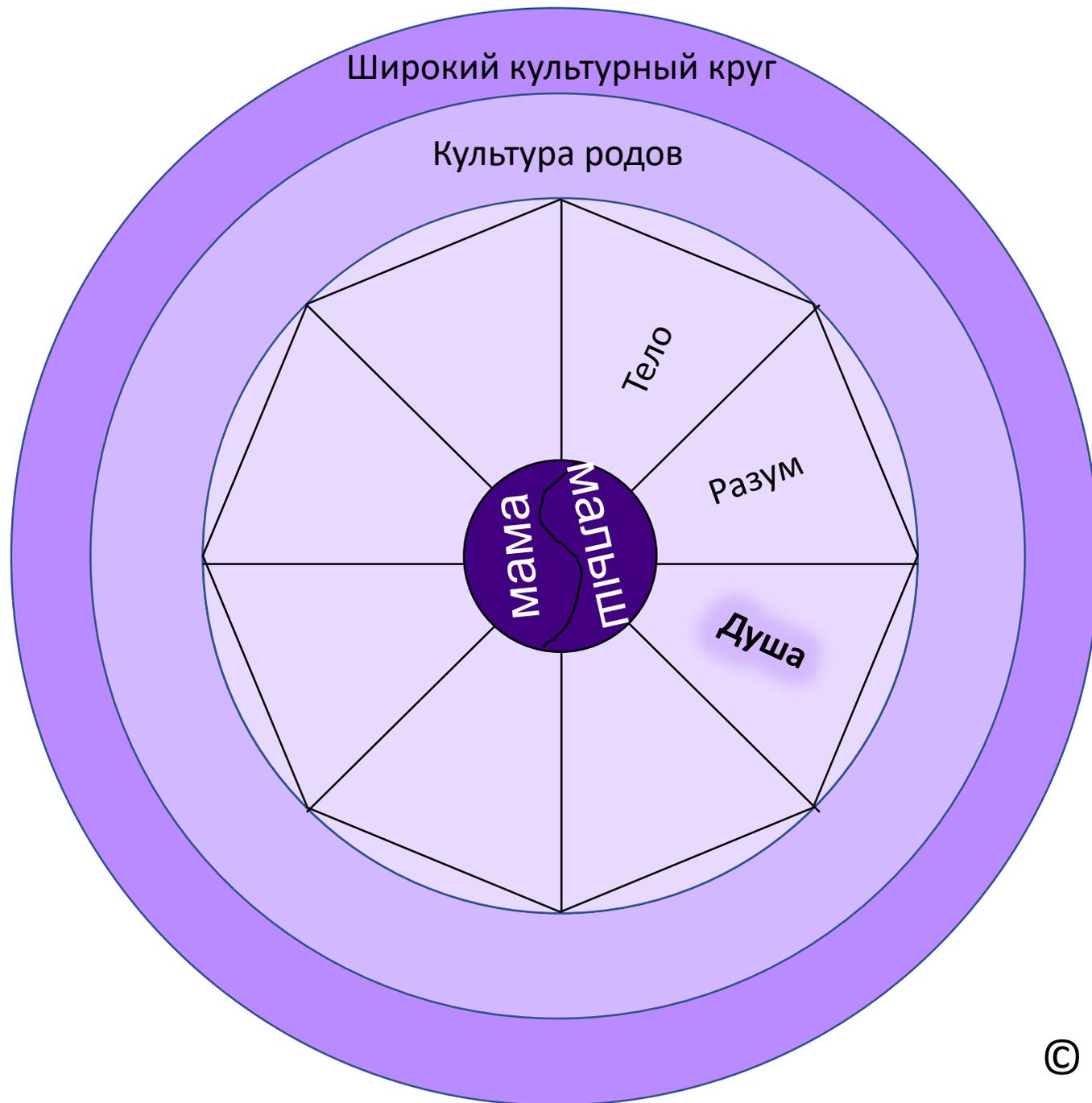
культура родов – рутинные процедуры, статистика, выборы,
отказы,

непрерывность поддержки – акушерки, ДОУЛЫ

Процесс родов – динамика боли, ПОКОРНОСТЬ,

‘сдвиг осознания’, инстинкты,

мировоззрения



душа - психологическое

черты характера - 'большая пятерка'

айсберг – только треть - сознательное, две трети - бессознательное

подростковый возраст: взятие *ответственности*

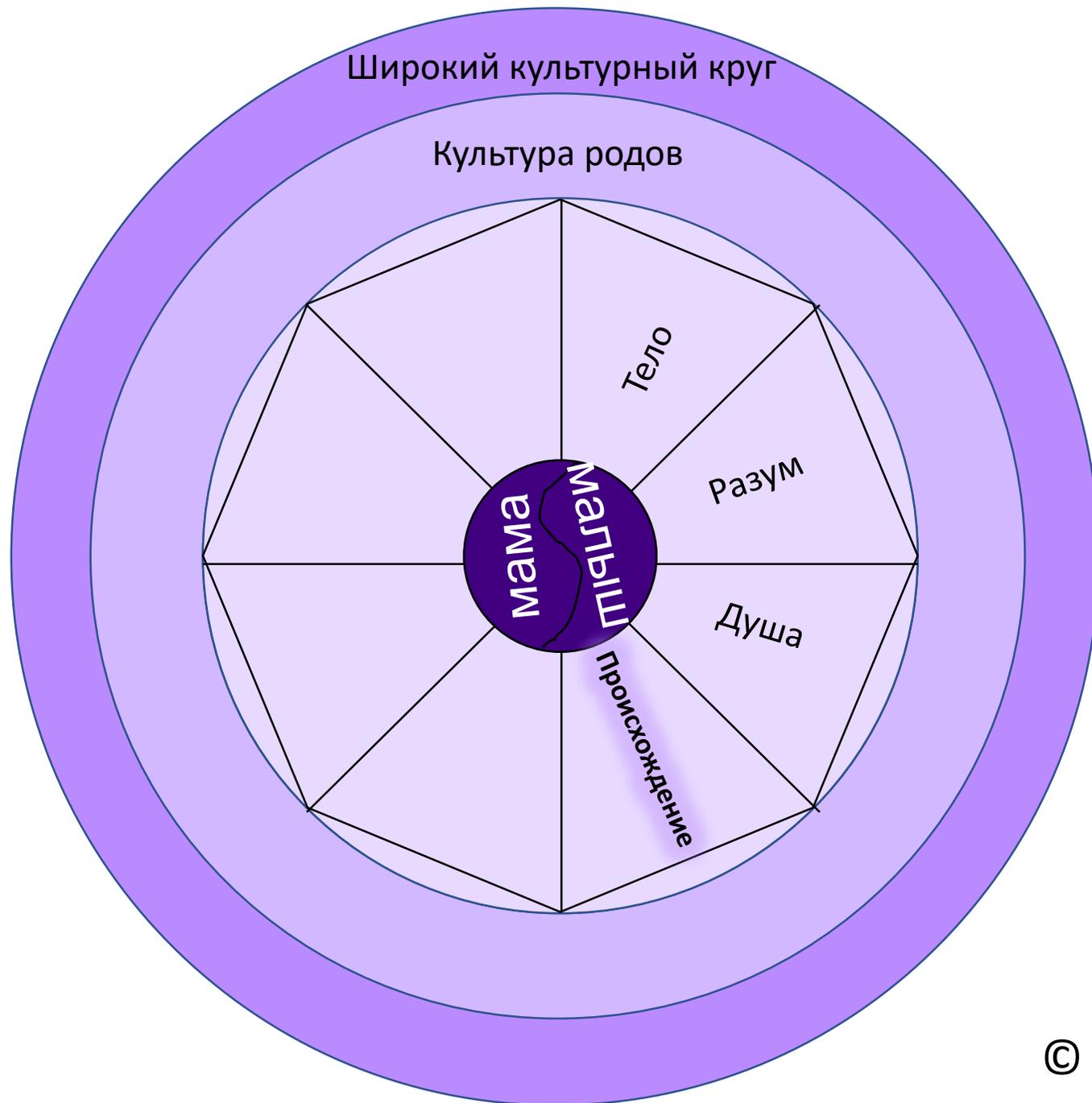
стиль преодоления трудностей: **ВЫЗОВ**,

противостояние авторитету,

боязнь сцены, страх неудачи, pressure prompted

травма & сложности с контролем, поведение 'жертвы'

СИЛА & МОРАЛЬНЫЕ ПРИНЦИПЫ



происхождение - семья

натальный год – от зачатия до родов и трех месяцев
после

стиль привязанности – **безопасный** или **нет**

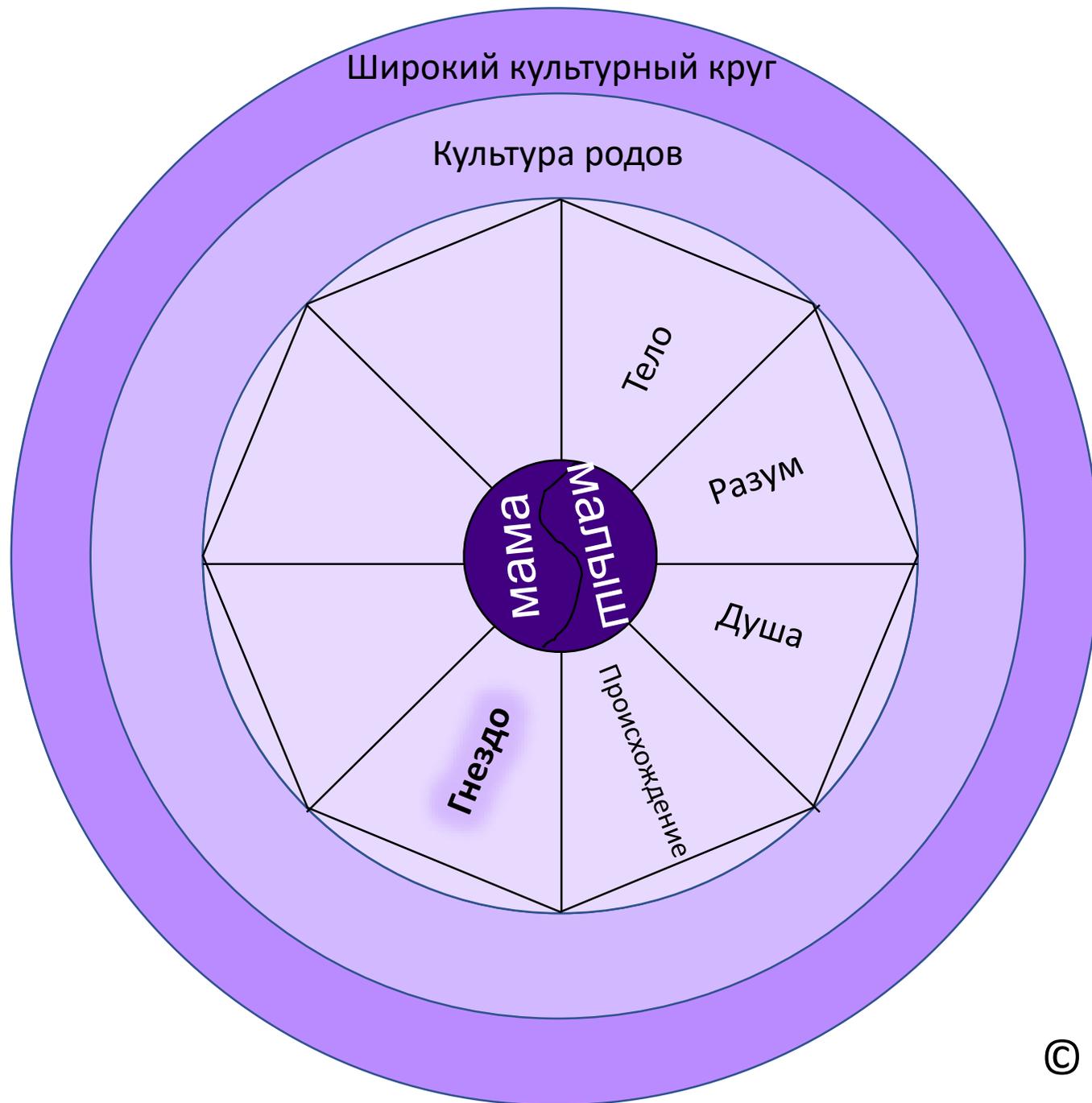
‘ТВОРЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ’

опыт поколений – истории родов, *‘призраки в детской
комнате’*

отношения с матерью, *‘потеря’* матери, роль матери
очередность рождения детей в семье, отношения с
сестрами

разделение, развод, отчуждение, травма, насилие

вдохновенная ***женственность*** почитаемая или
травмированная



гнездо - отношения

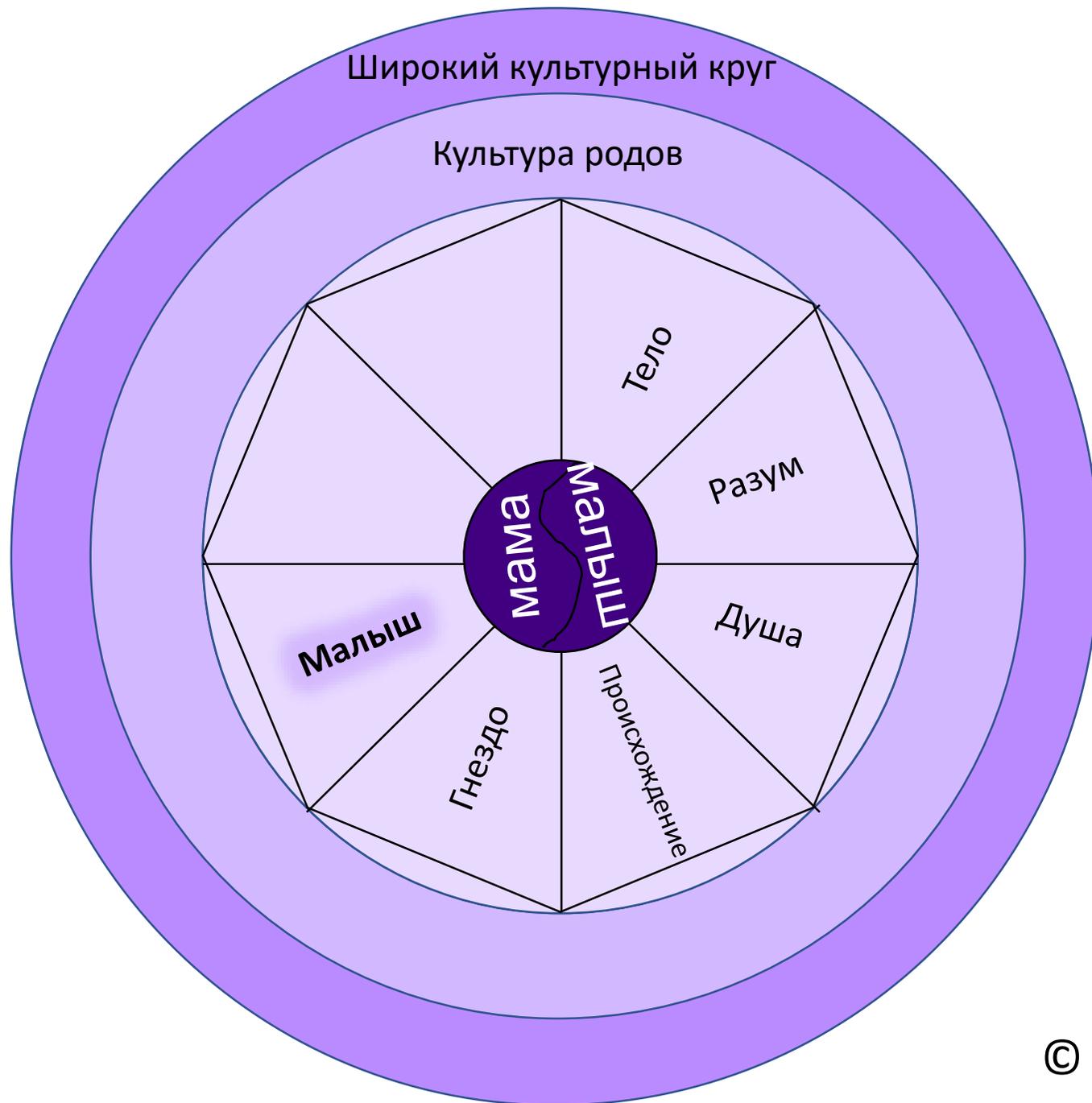
отношения – стадия, обязательства, зрелость
динамика отношений – зависимость, сила,
территория

быть в согласии с партнером: выборы относительно
родов и родительства, баланс дом-работа

открытость к поддержке – доула, семья, друзья
shift in allegiance

психологическая осведомленность, стили
взаимодействия

телесность, сексуальность,
совместная подготовка к родам



малыш - родительство

здоровье малыша, POSITION, темперамент,

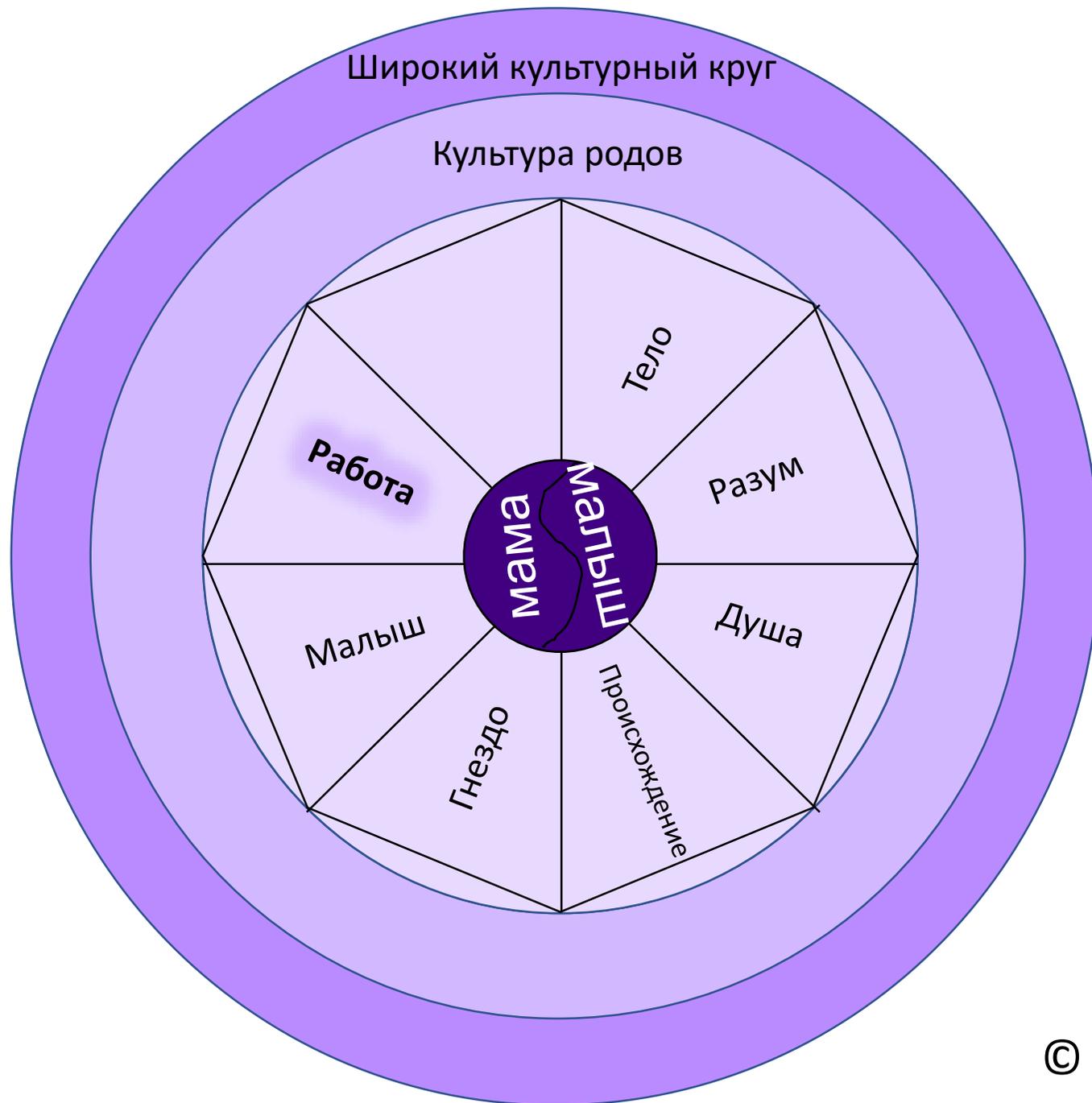
Инстинкты РЕБЕНКА и их роль в ЕГО рождении

ПОЛ, очередность рождения,

связь и сонастроенность с ребенком
ребенок 'мечты' vs 'реальный' ребенок,
потребности ребенка, забота о ребенке,

кормление грудью,

СТРАХИ



работа – женщина в этом мире

карьера или **материнский СТРЕСС**

баланс работа-жизнь... гармония или
напряжение

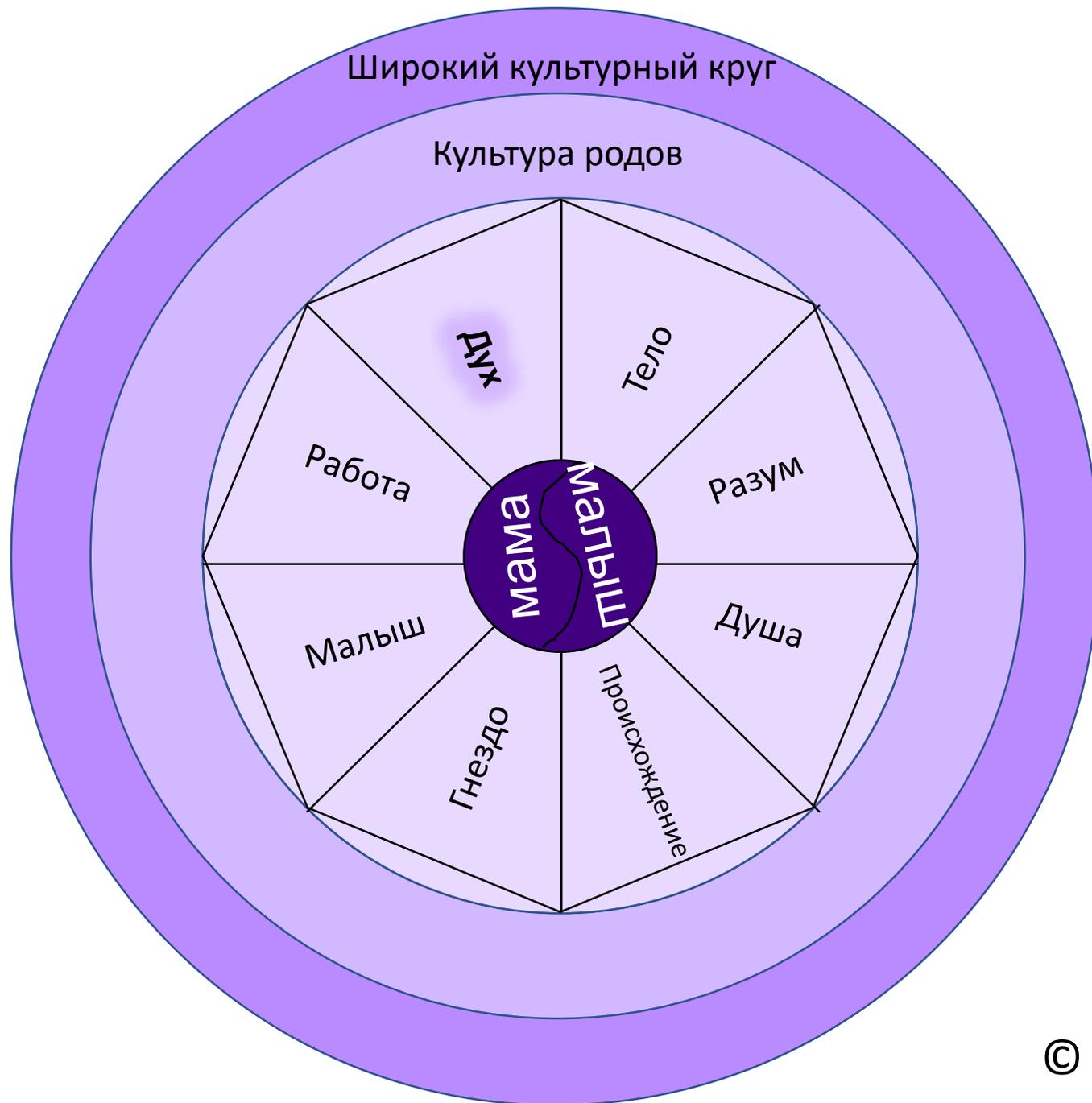
‘ДЕРЕВНЯ’ – **семья, друзья, забота о ребенке**

sense of **‘себя’** в мире – статус работающей женщины vs статус матери

женщина в мужском мире

сохранение своего стиля жизни vs

потребности ребенка



ДУХ - ВДОХНОВЕНИЕ

духовность, религия, ритуалы, 'birth alter'

молитва, мантра, песнопения, гимны,
религиозные тексты, писание, вдохновляющие
слова,

ПОЭЗИЯ, ИСКУССТВО, МУЗЫКА, ТАНЕЦ,

Истории достижений & преодоления трудностей другими
людьми

ПРИРОДА ... сезоны, циклы, волны, ритм,
изменения

