



Ti si moje sonce
Ti si moje sonce

Rojstvo Čutenja

Prostor za obporodno nego,

ljubeče trenutke in zdrav razvoj otroka

Moje ime je Tita. Sem mama, doula, telesna terapevtka in ustanoviteljica Rojstva Čutenja, ki posebej varen, podporen in ljubeč prostor za vaju, v izživov polnem obporodnem obdobju.

S svojo neprekinjeno informacijsko, telesno in čustveno podporo želim nosečnici, mami in partnerju zmanjšati stres, prihraniti čas in omogočiti dobro počutje. Preko dobrega psihofizičnega stanja nosečnice vplivamo na optimalen razvoj ploda, dojenčku pa s čutečim dotikom uravnovešamo telesne sisteme za lažji prehod v novo okolje.



PODPORA PRI ZANOSITVI IN V NOSEČNOSTI

Preko izvajanja nežne manualne tehnike in nevrozomotoričnih vaj podpremo tvoje telo, da je pripravljeno na zanositev. V nosečnosti telesa pomagamo sprostiti napetosti in v njem ohranjati homeostazo, kar ti omogoča dobro počutje. Z nego in pozornostjo telo in plod pripravljava na porod. Na podlagi novih znanstvenih raziskav se znanje o porodnih praksah in razvoju, negi ter vzgoji otroka spreminja. Predajam ti uporabne informacije, da se tvoji nepotrebni strahovi in negotovosti zmanjšajo. Tvojega partnerja naučim tehnik lajšanja porodne bolečine. Prisluhnem tvojim individualnim potrebam in ti pomagam sprostiti um ter čustvene napetosti.

PODPORA PRI PORODU

Ob dobri predpripravi se na porod odpraviš pomirjena, stabilna in telesno dobro pripravljena. V kolikor čutiš, da tvoja prisotnost potrebujeta s partnerjem tudi pri porodu, vaju spremljam in pripomorem, da si ves čas poroda siššana, spoštovana in sproščena. Na tak način lažje sodeluješ s svojim telesom in pripomoreš k manjši bolečini ter hitrejšemu napredovanju poroda. Moj pomirjajoč dotik, ki ga tvoje telo pozna že od prej te globoko sprošča. Z manualno tehniko uravnovešam tvoj avtonomni živčni sistem, s čimer podpremo naravne mehanizme v telesu, da delujejo porodu v prid. Ob moji prisotnosti je mirnejši tudi partner, zato ti je lahko v močno čustveno oporo.

PODPORA PO PORODU

Prav tako, vaju ne pustim sama z novorojenčkom, v prvih tednih, ko se oba prilagajata neštetim spremembam. V pomoč in podporo sem ti pri vzpostavljanju dojenja, čuteče prisluhnem tvojim občutkom ter krepiam tvoje zaupanje v materinski instinkt. Še vedno razvijam tvoje telo in mu pomagam k hitrejši regeneraciji po porodu. Z manualno terapijo in vajami za nevrozomotorično integracijo podpremo telo otroka, kar pripomore k njegovemu boljšeemu počutju. Otok je mirnejši, več spi, lepo napreduje in ima manj prebavnih težav. S harmonizacijo novorojenčkovega telesa vplivamo na vzpostavitev dobrih temeljev za nadaljnji motorični, kognitivni in čustven razvoj.