

Ετήσιο Συνέδριο Ευρωπαϊκού Δικτύου Βοηθών Μητρότητας EDN, Βιέννη 2018

Από τη Μαρία Ανδρεουλάκη και την Ευτυχία Τοπούζη

Αγαπημένες βοηθοί μητρότητας,

Πριν λίγες μέρες επιστρέψαμε από το ετήσιο συνέδριο του EDN (European Doula Conference) στη Βιέννη της Αυστρίας, που οργανώθηκε από τις Αυστριακές βοηθούς μητρότητας. Παρακάτω θα βρείτε σημειώσεις από τις συναντήσεις που έγιναν, φωτογραφικό υλικό και σκέψεις που θα μας εμπνεύσουν στη δική μας δουλειά στην Ελλάδα. Υπενθυμίζουμε ότι η Ελλάδα και ο σύλλογός μας θα φιλοξενήσει το ετήσιο συνέδριο του EDN το 2020!

Αυτό που μας έκανε εξαιρετική εντύπωση ήταν η ομαδική δουλειά και συνεργασία μεταξύ των εθελοντριών βοηθών μητρότητας από τον αυστριακό οργανισμό. Υπήρχε μια βασική ομάδα τριών ατόμων που τις πλαισίωναν κάπου 15 εθελόντριες που είχαν αναλάβει διάφορες λεπτομέρειες της διοργάνωσης, από τον στολισμό της αίθουσας, φιλοξενία, μετακινήσεις με αυτοκίνητα, μικρογεύματα, δωράκια, τήρηση ωραρίων, λαχειοφόρο, φωτογράφιση, ενημέρωση, καθαριότητα, τεχνική υποστήριξη και πολλά άλλα. Η ομάδα λειτουργούσε με εξαιρετικό συντονισμό και το αποτέλεσμα ήταν άρτιο. Μπορείτε να βρείτε υλικό για τις αυστριακές βοηθούς μητρότητας εδώ: <http://doula.at/>.

Elysia

Το ταξίδι μας ξεκίνησε από την επίσκεψη στον χώρο της υπεύθυνης για την εκπαίδευση βοηθών μητρότητας, Ανγκέλικα Ρόντλερ (Angelika Rodler), που έχει φτιάξει έναν χώρο δίπλα στο σπίτι της, σε μια ήσυχη περιοχή περίπου 3 ώρες από τη Βιέννη (<http://elysia.at/>).



Στον χώρο αυτό βρίσκεται μια κλειστή 'γιούρτη' (στρογγυλή κατασκευή σαν σκηνή για να φιλοξενεί τις εκπαιδεύσεις, σεμινάρια, κύκλους γυναικών, οικογενειών, κτλ) μαζί με κουζίνα, κήπο/αυλή, καθιστικό χώρο, κρεβάτια και μπάνιο. Τα εκπαιδευτικά σεμινάρια διαρκούν 6 Σαββατοκύριακα μέσα στον χρόνο και οι εκπαιδευόμενες μένουν μαζί για το διάστημα των σεμιναρίων.



Στον χώρο υπάρχουν πολλά χειροποίητα έργα τέχνης (οι φάσεις της θηλυκότητας σε φυσικό μέγεθος στους τοίχους, εκμαγεία και γλυπτά, κολλάζ και πολλά άλλα, φτιαγμένα από την ίδια την Ανγκέλικα και τις βοηθούς μητρότητας).



Την πρώτη νύχτα μας έδειξε στη θεωρία και πράξη πώς να φτιάχνουμε εκμαγεία ως μέρος της ενδυνάμωσης των γυναικείων μας κύκλων.

Με την ευκαιρία μας ξενάγησαν στο κοντινό κτίριο θερμών λουτρών που έχει επιμεληθεί και φιλοτεχνήσει ο γνωστός αυστριακός καλλιτέχνης Hundertwasser.

Πηγαίνοντας με το αυτοκίνητο για τη Βιέννη περάσαμε από ένα όμορφο χωριουδάκι που έχει βραβευθεί για τον πλούτο του σε θεραπευτικά βότανα και φυτά. Η συνάδελφος που μας οδηγούσε μας είπε πως ο τοπικός δήμος έχει προσλάβει δύο ντόπιες γυναίκες να φροντίζουν τα θεραπευτικά βότανα του χωριού που βρίσκονταν σε δημόσια θέα όπου γύριζες τη ματιά σου.

Το συνέδριο

Ξεκινήσαμε επίσημα το συνέδριο παρουσία 100 γυναικών (και 2 ανδρών) καταγόμενες από 23 χώρες όλου του κόσμου (Αργεντινή, Αυστρία, Βέλγιο, Βραζιλία, Κροατία, Τσεχία, Γερμανία, Ελλάδα, Ουγγαρία, Ιταλία, Λετονία, Λιθουανία, Ολλανδία, Ρωσία, Σλοβακία, Σλοβενία, Ισπανία, Ελβετία, Αγγλία, Ουκρανία, ΗΠΑ, Ν. Ζηλανδία, Ουρουγουάη) που εκπροσωπούσαν οργανισμούς βοηθών μητρότητας από 17 ευρωπαϊκές χώρες (Ισπανία, Αυστρία, Βέλγιο, Κροατία, Τσεχία, Γερμανία,

Ελλάδα, Ουγγαρία, Ουκρανία, Λετονία, Λιθουανία, Ρωσία, Σλοβακία, Σλοβενία, Ελβετία, Αγγλία, Ουκρανία). Οι διοργανώτριες βρίσκονταν στην αίθουσα δύο ώρες νωρίτερα για να στολίσουν με πολλή φροντίδα τον χώρο με αγαματάκια, αφίσες, γλυπτά, κεράκια, γωνία για 'selfies', λουλούδια, ρεμπόσο, κ.ά.).

Για εναρκτήρια τελετή βάλουμε μία μία λίγο χώμα και νερό από τον τόπο μας σε δύο δοχεία, μαζί με δυο λόγια για το τι φέρνουμε μαζί μας στον κύκλο. Φεύγοντας πήραμε η καθεμία από ένα μπουκαλάκι ανακατεμένης γης και νερού από όλους τους τόπους των β.μ. που παρευρέθηκαν.



Καθώς θα ήταν δύσκολο και χρονοβόρο να παραθέσουμε επακριβώς τι ειπώθηκε σε όλη τη διάρκειά του, σας μεταφέρουμε κάποια ενδιαφέροντα σημεία του συνεδρίου από τα οποία μπορούμε να πάρουμε ιδέες και να εμπνευστούμε.

Εκπαίδευση/προετοιμασία δράση βοηθών μητρότητας

Όπως μετά από κάθε παρόμοιο συνέδριο, ανταλλάξαμε πληροφορίες και απόψεις για τα διάφορα μοντέλα προετοιμασίας β.μ. στην κάθε χώρα. Ανάλογα με τον πληθυσμό, τις ανάγκες, το σύστημα, την οικονομική κατάσταση και άλλων παραγόντων της κάθε χώρας, υπάρχει μεγάλη ποικιλία εκπαιδευτικών προγραμμάτων προετοιμασίας β.μ. Οι διαφορές βρίσκονται κυρίως στη διάρκεια (τα περισσότερα διαρκούν από 6-12 μήνες, ώρες μοιρασμένες σε Σαββατοκύριακα μέσα στο έτος), κόστος εκπαίδευσης, θεματολογία – υποχρεωτική ή βασισμένη στην προσωπική πρωτοβουλία της κάθε εκπαιδευόμενης). Σε χώρες όπου τα μέλη των οργανισμών β.μ. είναι πολλά (π.χ. Αγγλία όπου το Doula UK έχει εκατοντάδες μέλη που δεν γνωρίζονται μεταξύ τους) αναφέρθηκε πρόβλημα με τις συνεργασίες και διαπροσωπικές σχέσεις. Χώρες που έχουν επιλέξει να συμπεριλαμβάνει η εκπαίδευση/προετοιμασία τη συνύπαρξη των β.μ. για κάποιο διάστημα, π.χ. ζώντας μαζί κάποια Σ/Κ στη διάρκεια των σεμιναρίων, παρατηρείται μεγαλύτερη σύμπνοια.

Το θέμα της συνεργασίας με άλλους επαγγελματίες περιγεννητικής φροντίδας είναι αισθητό παντού και διάφοροι οργανισμοί έχουν κάνει δράσεις και καμπάνιες για να δημιουργήσουν ή να σφίξουν τους δεσμούς. Θέματα όπως η αμοιβή των β.μ., η φροντίδα του εαυτού, οι συνεργασίες και ο ανταγωνισμός, είναι κοινά για όλες τις χώρες.



Αναγνωρισιμότητα βοηθών μητρότητας

Κάτι που έχουν εφαρμόσει με επιτυχία κάποιες χώρες είναι η αναγνωρισιμότητα των β.μ. σε μαιευτήρια της περιοχής τους μέσω καρτών μέλους του οργανισμού στον οποίο ανήκουν ή με την εκτύπωση του λογότυπου του οργανισμού σε μπλουζάκια που φοράνε οι β.μ. όταν παρευρίσκονται σε τοκετούς στα νοσοκομεία.

Οι αυστριακές β.μ. έκαναν μια καμπάνια για να προωθήσουν τη συνεργασία με μαιευτήρια της περιοχής τους: επένδυσαν σε μπάλες-φυστικά ('peanut balls', μια μεγαλύτερη εκδοχή της μπάλας τοκετού σε σχήμα φυσικιού) που τις δώρισαν σε μαιευτήρια, αφού κανόνισαν να συναντηθούν προσωπικά ανά δύο ή τρεις και να γνωριστούν με τους υπεύθυνους, δίνοντας έρευνες για τη χρήση της μπάλας για φυσική αναλγησία, μαζί με πληροφοριακό υλικό για τον ρόλο της β.μ., ειδικό ενημερωτικό φυλλάδιο για τον σύλλογό τους και άλλες σχετικές πληροφορίες. Αρκετά μαιευτήρια το δέχτηκαν και οι β.μ. είναι τώρα ευπρόσδεκτες.

Στη Λετονία και Τσεχία οι γονείς ή οι β.μ. πρέπει να πληρώσουν εκ των προτέρων (2 εβδομάδες πριν τον τοκετό) επιπλέον ποσό για να τους επιτραπεί να παρευρεθούν σε τοκετό. Παρόλο που πρέπει να πληρώσουν, έχουν εξασφαλίσει σε κάποιες περιπτώσεις την είσοδό τους σε μαιευτήρια.

Στη Σλοβενία οι β.μ. ήρθαν σε επαφή με ένα δημόσιο μαιευτήριο που απειλείτο να κλείσει και προσφέρθηκαν να φέρνουν πελάτισσες, εφόσον τους επιτραπεί ελεύθερη είσοδος στους τοκετούς. Οι τοκετοί αυξήθηκαν κατακόρυφα και οι β.μ. είναι τώρα ευπρόσδεκτες εκεί.

Εύρος πρακτικής και δεοντολογικός κώδικας

Ένα κοινό πρόβλημα σε όλες σχεδόν τις χώρες είναι αυτό που ονόμασαν οι 'άγριες' β.μ. Γυναίκες που εργάζονται ως β.μ. χωρίς να ακολουθούν τον κώδικα δεοντολογίας και εύρος πρακτικής των β.μ. και δημιουργούν προβλήματα με τα νοσοκομεία, τους γιατρούς και άλλο προσωπικό υγείας, προσφέρουν συμβουλές εκτός του εύρους τους και έτσι αποκλείουν από το σύστημα και εκείνες τις β.μ. που εργάζονται σύμφωνα με τις παγκόσμια αποδεκτές βασικές αρχές του ρόλου της β.μ. Ο EDN παίρνει θέση σε αυτό το ζήτημα, ζητώντας από όλα τα μέλη των κρατών-μελών να διαβάσουν και να αποδέχονται τον δεοντολογικό κώδικα που έχει υπογραφεί από τα κράτη μέλη και βρίσκεται αναρτημένος στον ιστότοπο του δικτύου.

Ομιλήτριες/ομιλητές



Υπήρχαν δύο βασικοί ομιλητές και έτυχε να είναι άνδρες. Έτσι τελευταία στιγμή οι διοργανώτριες, όταν το συνειδητοποίησαν, ζήτησαν από τη **Τζιουντίτα Τορνέτα (Giuditta Tornetta)**, β.μ. από την Ιταλία και ΗΠΑ, με 15ετή πείρα και περίπου 700 τοκετούς στο ενεργητικό της, να μιλήσει για το πώς εκείνη προετοιμάζει τις γυναίκες και τα ζευγάρια.

Η βασική της αρχή είναι να πάρει πληροφορίες δουλεύοντας με τα 9 ενεργειακά κέντρα/τσάκρας. Δεν χρησιμοποιεί αυτό τον όρο με όλες τις γυναίκες, γιατί δεν τον αποδέχονται όλες αλλά υπάρχουν κάποια βασικά ανθρώπινα δικαιώματα που σχετίζονται με το κάθε ενεργειακό κέντρο, σύμφωνα με τη θεωρία της Τζιουντίτα, και λαμβάνει πολύτιμες πληροφορίες για το πώς μπορεί να βοηθήσει τη γυναίκα ή το ζευγάρι/την οικογένεια στην πορεία τους, μέσα από τη δουλειά αυτή. Οι πληροφορίες αυτές βρίσκονται στα δύο της βιβλία, *Painless Childbirth* και *Conversations with the Womb*. Πολύ επιγραμματικά:

- 1° κέντρο: το δικαίωμα να βρίσκομαι εδώ.
- 2° κέντρο: το δικαίωμα στα συναισθήματά μου.
- 3° κέντρο: το δικαίωμα στη δράση.
- 4° κέντρο: το δικαίωμα να αγαπάω και να αγαπιέμαι.
- 5° κέντρο: το δικαίωμα να ακούω και να λέω την αλήθεια.
- 6° κέντρο: το δικαίωμα να οραματίζομαι το ιδανικό.
- 7° κέντρο: το δικαίωμα στη γνώση.
- 8° κέντρο: το δικαίωμα στη μαγεία που έχω μέσα μου.
- 9° κέντρο: η συνειδητοποίηση ότι είμαστε ένα με τον Θεό.

Ο **Πολ Γκόλντεν (Paul Golden)**, μαιευτής, νοσηλευτής, νομικός για τα ανθρώπινα δικαιώματα στον τοκετό και διαμεσολαβητής, μίλησε για θέματα επικοινωνίας και διαμεσολάβησης. Οι ομιλίες του είχαν λόγια και πρακτική εξάσκηση μεταξύ μας. Κάποια βασικά σημεία:

Πώς μπορούμε να αντιμετωπίζουμε τη βία που ενυπάρχει στο σύστημα.

Πώς να αποφεύγουμε τις συγκρούσεις αλλά να εμμένουμε στις αρχές μας (βασισμένος στις αρχές των πολεμικών τεχνών όπου διοχετεύεις την επίθεση που σου έρχεται κατά μέτωπο, ελισσόμενες στο πλάι του επιτιθέμενου).

Πώς να δημιουργήσουμε συμμαχίες με άλλους επαγγελματίες του χώρου, κατανοώντας τη πίεση στην οποία υποβάλλονται από την εκπαίδευσή τους και την καθημερινότητά τους (στις συνθήκες αυτές δημιουργούνται συναισθήματα θυμού και φόβου).

Έδωσε πρακτικές λύσεις και ιδέες όπως:

- όταν βρίσκεστε αντιμέτωποι με βίαιη ή παράλογη συμπεριφορά, σκεφτείτε ότι το άτομο αυτό ήταν κάποτε ένα αξιαγάπητο, αβοήθητο νεογέννητο μωρό.
- Όταν μας απαγορεύουν να κάνουμε κάτι που είναι μέσα στα δικαιώματά μας, απλά το αγνοούμε (οπότε θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν σωματική βία για να μας μετακινήσουν)
- Όταν μας απειλεί το σύστημα, εξασκούμαστε στο πώς διατηρούμε εμείς μια θέση εσωτερικής σταθερότητας που εμπνέει και άλλους να τη υιοθετήσουν.

Υπενθύμισε ότι οι πρακτικές αλλάζουν όταν υπάρχουν περιστατικά και αναφέρθηκε στην περίπτωση της περινεοτομής χωρίς συναίνεση μια μητέρας, της Κέλι <https://www.telegraph.co.uk/women/womens-health/11574412/British-women-Consent-during-childbirth-is-a-joke.html> και στην αλλαγή της πεποιθήσης στην Αγγλία από το «ο γιατρός ξέρει καλύτερα» στο «ο ασθενής ξέρει καλύτερα», βασισμένος στην περίπτωση της Κας Montgomery (<https://www.bmj.com/content/357/bmj.j2224>) που κέρδισε τη δίκη εναντίον του νοσοκομείου που προκάλεσε προβλήματα στο παιδί της, λόγω επιπλοκών στον τοκετό για τις οποίες δεν είχε ενημερωθεί επαρκώς. Η πρακτική Κριστέλερ έχει τώρα απαγορευθεί σε αρκετές χώρες και η εφαρμογή της διώκεται ποινικά.

Στην περίπτωση της συναίνεσης μετά από ενημέρωση, επισήμανε τη διαφορά μεταξύ ποσοτικού και ποιοτικού κινδύνου: ενώ υπάρχει κίνδυνος 1 στα 5.000 μωρά να πεθάνει από την αμνιοπαρακέντηση, αν τελικά επέλθει θάνατος, είναι 100% για την οικογένεια. Μιλάμε λοιπόν για ένα ποσοστό 50% ουσιαστικά, ναι ή όχι.

Σε περιπτώσεις διαμάχης, η διαμεσολάβηση με ένα άτομο που και τα δύο μέρη σέβονται, είναι μια πολύ καλή λύση και έχει υιοθετηθεί από τα Ηνωμένα Έθνη για πολλές περιστάσεις.

Ο Γερμανός ψυχίατρος **Γιοακίμ Μπάουερ (Joachim Bauer)** μίλησε για τους νευρώνες-καθρέπτες μέσα από μια εκτενή παρουσίαση του πώς λειτουργεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος και στην ουσία πώς τεκμηριώνεται επιστημονικά η ανάγκη για έκφραση αγάπης και τρυφερότητας τα πρώτα δύο χρόνια ζωής ως παράγοντας που συμβάλει στην καλή ψυχική υγεία του ανθρώπου, την πρόληψη ψυχικής ασθένειας, κατάθλιψης, εγκληματικότητας κ.ά.

Η πρώτη μέρα τελείωσε με γιορτή και δοκιμή κρασιών από τα κρασιά μιας β.μ. μέλους του αυστριακού συλλόγου που γέννησε το τέταρτο παιδί της με έναν εκστατικό τοκετό.

Κύκλοι γυναικών

Την επόμενη μέρα υπήρχε δυνατότητα να παρευρεθούμε σε ένα από τα πολλά προσφερόμενα δημιουργικά εργαστήρια ή κύκλους πάνω σε θέματα όπως το τραύμα, η απώλεια, η σεξουαλικότητα, δέσιμο της κοιλιάς, δημιουργία τέχνης με πλακούντες, εκμαγεία, πλέξιμο, κ.ά. Οι κύκλοι γίνονταν σε ένα από τα δωμάτια του ξενοδοχείου που είχε διαμορφωθεί με μια κόκκινη σκηνή με μαξιλάρια και κεράκια μέσα και οι συζητήσεις που γίνονται ήταν προστατευμένες από την ασφάλεια, εχεμύθεια, σεβασμό και ησυχία.



Συνάντηση EDN

Την τελευταία μέρα έγινε η συνάντηση για εσωτερικά/διαδικαστικά θέματα του δικτύου EDN, ενώ συμμετέχουσες που δεν ήταν ενεργά μέλη του δικτύου βρέθηκαν σε έναν άλλο χώρο για τραγούδι, χορό και κύκλο.



Έγινε οικονομική αναφορά για τη διαχείριση των πόρων από τις συνδρομές (μέλη του EDN είναι μόνο οργανισμοί βοηθών μητρότητας ή εκπαιδευτικά προγράμματα β.μ.) Τα κράτη-μέλη με χαμηλότερη οικονομική δυνατότητα πληρώνουν λιγότερα από άλλα. Υπάρχει και δυνατότητα να γίνει μέλος κάποιος επαγγελματίας ή ιδιώτης ως 'Φίλος του EDN'.

Αποφασίστηκε ότι οι ημερομηνίες για το ετήσιο συνέδριο του EDN θα είναι πάντα τον Σεπτέμβριο και η χώρα και οργανισμός που θέλει να το φιλοξενήσει κάθε χρονιά θα πρέπει να το δηλώσει εγκαίρως, με προσωπική παρουσία στο συνέδριο.

Οι χώρες διοργάνωσης για τα επόμενα τέσσερα χρόνια είναι:

2019 Τσεχία, Πράγα

2020 Ελλάδα

2021 Βέλγιο

2022 Γερμανία, Κάρλσρουε (νοτιοδυτικά, κοντά στη Στουτγάρδη)

Αποφασίστηκε να εκπροσωπήσει το EDN στο συνέδριο του Midwifery Today 2018 η Μπεξ από τη Βιέννη.

Οι ομάδες του EDN στο Facebook που δεν είναι ενεργές, θα 'αφυπνιστούν' από τη Σαμ από Αγγλία. Η Χέιζελ αναλαμβάνει το ενημερωτικό δελτίο που θα αποστέλλεται με νέα από όλα τα μέλη κάθε 3 μήνες.

Η Φλορένθια από την Ισπανία θα οργανώνει μηνιαίες διαδικτυακές συναντήσεις κάθε πρώτη Τρίτη του μηνός.



**Μείντε συντονισμένες, έχουμε ήδη ξεκινήσει τη διοργάνωση
της επόμενης πανελλήνιας συνάντησής μας για το 2019
και τη διοργάνωση του συνεδρίου EDN για τον Σεπτέμβριο 2020,
την οποία όλες περιμένουν πώς και πώς!**