

Kdo je dula?

"Dula" je řecké slovo, které se dnes používá pro speciálně vyškolenou ženu, která nabízí oporu rodící matce a její rodině. Stěžejním bodem práce duly je doprovázení a poskytování zejména emocionální podpory v těhotenství, během porodu a v šestinedělí. Dula rodiče doprovází na jejich cestě a pomáhá jim naplnit jejich představy o porodu. Pomáhá vytvořit takovou atmosféru při porodu, kdy se žena cítí bezpečně, může se uvolnit a plně se soustředit na samotný porod. Zná rodičku i její přání a představy týkající se porodu a může jí proto poskytnout specifický druh podpory. Snaží se ženě pomoci projít porodní zkušeností tak, aby její zážitek byl co možná nejlepší. A to zejména v případě, že žena v průběhu porodu prožije něco, co neplánovala nebo si nepřála prožít. Dula posiluje sebedůvěru ženy a pomáhá jí lépe zvládnout zákroky, které jsou nepříjemné, snižuje svou přítomností strach a napětí. Dula chápe a respektuje fyziologii porodu i emocionální potřeby rodící ženy. Uznává porod jako jeden z klíčových okamžiků v životě ženy. Uvědomuje si, že způsob, jakým žena a dítě porod prožijí, je pro oba velmi zásadní a důležitý v mnoha rovinách. Dula neposkytuje zdravotnické služby. Doplnuje práci lékařů a porodních asistentek, avšak nezasahuje do jejich kompetencí. Je připravena ženu doprovázet jak při porodu v nemocnici, tak v porodním domě nebo při asistovaném porodu v domácnosti.

Jaké jsou naše standardy?

Zapsaný spolek České duly chápe profesi duly jako profesionála v oblasti pomáhající profese, jehož hlavní kompetencí je pomáhat a provázet ženu na její individuální cestě k vlastnímu porodu v takové míře, na kterou je žena sama připravena. Dula Českých dul doprovází ženu k takovému porodu, jaký si žena sama vybere a způsobem, na jakém se společně dohodnou. Dula Českých dul je s klientkou v dobrém kontaktu a provází klientku celým předporodním, porodním a poporodním procesem v míře stanovené vzájemným kontraktem. Česká dula nezasahuje do oblastí, které nejsou v její kompetenci, má dobrý přehled o hranicích své profese a plně je respektuje. Česká dula má kontakty na odborníky z oblastí pomáhajících profesí, kteří mohou ženu podpořit či ji pomoci v případě, že její potřeby nespadají do kompetencí duly Českých dul. Pokud dula Českých dul působí na úrovni osvěty, vzdělávání či politiky, odděluje tuto práci od přímé práce s klienty. Česká dula se průběžně vzdělává v souladu s Akreditačním řádem zapsaného spolku České duly a prochází pravidelnou supervizí. Důležitou kompetencí České duly je umět pečovat sama o sebe a svoje znalosti používat k tomu, aby se dobře rozvíjela jako profesionál v oblasti pomáhající profese.

Dula provází ženu těhotenstvím, porodem a šestinedělím.

Jaké služby dula nabízí?

- ☉ psychickou a emocionální podporu ženy v průběhu těhotenství, porodu a šestinedělí
- ☉ spolupráci na přípravě porodního plánu
- ☉ nepřetržitý doprovod během porodu
- ☉ pomoc při hledání vhodné polohy nebo dalších nefarmakologických úlevových prostředků během porodu
- ☉ podporu pro partnera a rodinu
- ☉ zkušenosti a podporu při zahájení kojení
- ☉ podporu nové rodině v šestinedělí, předávání zkušeností s péčí o dítě

Jak probíhá vzdělávání v Českých dulech?

Zájemkyním nabízíme výcvikový kurz, který se skládá ze:

- a) teoretické části
- b) supervidované praxe

Výcvik se skládá celkem z 11 modulů.

Teoretická část kurzu je rozdělena na 2 etapy.

První část výcviku je věnována odborným tématům a praktickým dovednostem duly. Tuto část vedou především zkušené duly, ale také porodní asistentky, právník a další lektoři.

Druhá je část sebezkušenostní (5 modulů), kterou vedou lektoři – psychoterapeuti. Tato část má za úkol pomoci dulem zorientovat se ve své osobní motivaci pro práci duly, najít si přiměřené místo pro tuto profesi ve svém osobním a pracovním životě, porozumět specifičnosti vztahu dula-klient. Z organizačních důvodů je možné pořadí modulů prohodit.

Po ukončení teoretické části se dula účastní supervizí a doprovody konzultuje se svou konzultantkou. Po účasti na 3 supervizích a 3 oddoprovázených porodech se může dula přihlásit k závěrečnému pohovoru. Po úspěšném zakončení a splnění všech podmínek se stává Certifikovanou Českou dulem.

