

DOULA BARNNAKONUM



Eg havi sum prestur einaferð sitið hjá eini kvinnu, sum lá til tað síðsta, og hon tosaði um, hvussu ræðuligt tað var, tá hon átti fyrsta barnið. Hetta hevur ikki verið tosað um, og tí er tað gagnligt at venda tí og koma til sættis við upplivingar ein hevur havt

Anne Mette Greve Klemensen
36 ár
Prestur í Fuglafirði
frá Rødding í
suður Jútlandi
Gift Leif Hansen úr
Nólsoy, og saman
eiga tey fyra børn
Hevur búð í Føroyum
í seks ár

at hava stöðukenning og vita nær hon er hvat. Umframt tað, so er nógv frá prestayrkinum, sum hon heldur, at hon kann taka við sær, tá hon hjálpir og tænr barnakonum sum doula.

Hon heldur, at bæði sum prestur og sum doula fær hon lutað amboð við onnur, sum tey sjálvi fáa brúkt í stöðum tey eru í.

– Tað er ikki ein doula, sum fœðir barnið, og tað er ikki prestur, sum skal gjøgnum sorgina, men í staðin fái eg veitt hjálp og stuðul í tilgongdini, sigur hon.

Er ein føroyskur tørvur?

Anne Mette Greve Klemensen er sera spent uppá at finna útav, hvørt tað er ein tørvur á yrkisfólki sum hesum í Føroyum.

– Í Danmark er stórur tørvur, og doulair verða nógv eftirspurdar,

og tað kann vera tí, at tað er nógv niðurskorið figgarliga á barnsburðaðøkinum, sigur hon.

Hon leggur tó afturat, at tað er umráðandi at skilja, at tørvurin á eini doula ikki neyðturviliga er treytaður av, at tað eru trupulleikar á sjúkrahúsinum. Ein doula er har fyrri at stuðla og hjálpa tí, sum skal eiga barnið.

Enn er hon ikki vís í, hvussu stórir tørvurin í Føroyum er, tí hon er ikki liðug við útbúgving sína enn, og hevur ikki kannað landsslagið ordiliga. Tó, so hava fleiri kvinnur, sum ganga við barni, sett seg í samband við hana, tí tær eru áhugaðar í tilboðnum um eina doula.

Tað kunnu vera serliga stöður sum gera, at man ynskir sær eina doula. Anne Mette nevnr til dømis, at hevur ein upplivað eina

trupla fœðing, so kann ein ynskja stuðul næstu ferð, ella er maðurin til skips, og hevur ikki móguleika til at vera við, so kann ein kvinna ynskja eina doula í staðin. Tað kann eisini vera, at kvinnan sum skal eiga er tannáringur, og tørvur stuðul og hjálp. Tað er ikki altíð, at ein kvinna ynskir at biða onkran av teimum, sum standa henni nær koma við. Tað er heldur ikki altíð, at ein kvinna hevur nakran at biða koma við sær, greiðir hon frá.

Hon leggur afturat, at ikki er neyðugt, at umstøðurnar eru serligar fyrri at ein doula skal traðka til, tað er eisini vanligt, at ein doula hjálpir mammum undir vanligum umstøðum, har pápin eisini er við til fœðingina og alt gongur væl.

Endamalið er, at tað eru foreldrin, sum eiga fœðingina og ein doula er bert ein dyggur stuðul.

– Tað besta hevði verið, um tað ikki var fyrri neyðini, at eg traðkaði til, men í staðin fekk alt rundan um fœðingina at fella uppá pláss. Tað er umráðandi at fáa foreldrin at trúgva uppá sína egnu styrki, sigur hon sannførd.

Anne Mette Greve Klemensen er fyrsta kvinna við útbúgving sum doula í Føroyum. Hon væntar, at eftirspurningurin fer at vaksa, tá fólk finna útav, hvat ein doula er og hvat hon ger.

– Hóast vit í Føroyum hava góðar treytir á fœðideildini, og føroysku kvinnurnar sleppa at liggja í nakrar dagar, so eru vit sum samfelag við at finna útav, at ein ikki kann skunda sær íggjgnum eina tilgongd sum barnsburð. Ting taka tíð, og tað er meir fokus á, hvussu umráðandi tað er at lata alt ganga sína náttúrligu gongd, sigur hon.

Doula effektin

Kanningar vísa, at tá ein doula er til staðar, meðan ein kvinna eigur, so minskar meðaltíðin ein kvinna hevur verkir, og kvinnan hevur minni tørv á linnandi heilivági. Eisini vísa kanningar, at ein doula hevur positiva ávirkan bæði kropsliga og kensluliga á mammuna og barnið. Hetta kallast doula effektin.

Í londunum rundan um okkum er vorðið alsamt meir vanligt, at kvinnur velja at hava eina doula við, tá tær skulu eiga, tí viðurkenningin av ávirkanini ein doula hevur er ikki til at taka feil av.

Tað er umráðandi, at tosa við foreldrin um væntanir tey hava áðrenn termin, tí um tey vóna eitthvørt ella eru bangin fyrri onkrari ávísari stöðu, so er best at siga sum er. Slíkar stúranir kunnu vera ymiskar og alt frá ótta fyrri pínu og ótta hjá pápanum at síggja hana hann elskar í avmakt, greiðir Anne Metta frá.

Ein doula er friðað

Tað kann vera trupult at finna seg til rættis í einum nýggjum leikluti. Hetta er ikki bert, tá ein fær fyrsta barnið, men eisini næsta ella fimta.

– Tað verður ikki altíð tosað um, at tað eisini kann vera torført at koma til sættis, og tað kann kennast, sum ein miseydnast, um alt ikki kennist gott og deiligt, eftir at man hevur átt. Tá er tað gott at tosa við eina, sum ikki hevur tilknýti til samfelagsskipanina, so sum eina doula. Tað er tað sama sum, tá ið prestur vitjar eitt fongsul. Tú ert friðað, tí tú ert ein, sum mamman hevur biðið komið, staðfestir hon.

– Eg havi sum prestur einaferð sitið hjá eini kvinnu, sum lá til tað

síðsta, og hon tosaði um, hvussu ræðuligt tað var, tá hon átti fyrsta barnið. Hetta hevur ikki verið tosað um, og tí er tað gagnligt at venda tí og koma til sættis við upplivingar ein hevur havt, sigur hon álvarsom.

Prestur vónar broyting

Hóast tað hevur verið vanligt, at kvinnur finga stuðul til fœðingina fyrr, so hevur man ikki funnið útav, hvussu umráðandi tað veruliga er, fyrr enn stuðulin knappliga ikki var har longur. Tá kvinnur skuldu á sjúkrahús at eiga, mistu tær stuðulin, og hóast kvinnur fáa góðan stuðul frá ljósmøðrum og øðrum viðkomandi persónum á sjúkrahúsinum, so vísir tað seg at eftirspurningurin eftir eini kvinnu sum tænr - sum ein doula jú er - er vaksandi í øðrum londum, greiðir hon frá.

– Eg vóni, at vit fara at duga betur at tosa um kenslur okkara á ein konstruktivan hátt, og vit skulu ansa okkum, so alt ikki verður ov ljósarreytt, tí hóast vit eru tilvitað um gleðina, so er eisini umráðandi at vera tilvitaður um, hvussu útfordrandi tað er at eiga børn, sigur Anne Mette Greve Klemensen.

Hvat er ein doula?

Ein doula er ein kvinna, sum hevur átt barn sjálv og sum hevur útbúgving í at stuða foreldrum í tilgongdini áðrenn barnið er føtt, til fœðingina og eftir barnið er føtt. Orðið er úr grikskum og merkir “kvinna sum tænr”. Endamálið er ikki, at ein doula kemur í staðin fyrri pápa, ljósmóðir ella onnur avvarðandi. Heldur er ein doula ein stuðul hjá mammuni og teimum avvarðandi. Hjá ljósmóðir og øðrum fakbólkkum er ein doula at rokna sum avvarðandi hjá mammuni, sum skal eiga barnið. Starvsfólkið á deildini tekur neyðugar avgerðir í tilgongdini, tá barnið verður borið í heim.

Útbúgvingin sum doula er skipað í trimum modulum Undirvísingin hevur verið intensiv í vikuskiftum, og síðani skulu næmingarnir lata inn fyra uppgávur. Eftir tað skulu næmingarnir við til fœðingar og fáa supervisión frá læraranum. Les meir á www.doulauddannelsen.dk