

# Ψυχολογικές Αλλαγές στην Εγκυμοσύνη και Προσαρμογή

Author: Χριστοδούλου Ιωάννα

Νοσηλευτικός Λειτουργός - Μαία NAM III (Λευκωσίας) Μαιευτήριο

## Περίληψη

Σκοπός της μελέτης είναι η διερεύνηση και εντοπισμός των ψυχολογικών αλλαγών της μέλλουσας μητέρας και η προσαρμογή της στο νέο της ρόλο.

Κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης η μέλλουσα μητέρα βιώνει ένα πλήθος διαφορετικών και αντικρουόμενων συναισθημάτων όπως φόβο, αβεβαιότητα, ενθουσιασμό και υπερβολική χαρά.

Αυτές οι αλλαγές των συναισθημάτων περνούν διά μέσου των τριών τριμήνων της εγκυμοσύνης. Ο προσανατολισμός του 1ου τριμήνου εστιάζεται στο ΕΓΩ, του 2ου τριμήνου στο ΠΑΙΔΙ και του 3ου τριμήνου στο ΕΜΕΙΣ στο παρόν και στο μέλλον.

## Abstract

The aim of this study is to examine the psychological changes of a new mother and her transition to a new role. During the pregnancy a new mother experience a variety of emotions at the same instant, such as fear, uncertainty, excitement, and intense joy.

These psychological changes pass through the three trimesters of pregnancy. At the first term the pregnant woman focus around herself, the second term around the baby, and finally during the last term around the new family and its future.

## Εισαγωγή

Η εγκυμοσύνη είναι μια από τις συναρπαστικότερες εμπειρίες στη ζωή της γυναίκας. Πιθανόν, όμως, να είναι και ένα ταξίδι μέσα σε άγνωστες ψυχοσυναισθηματικές αλλαγές. Η Δρ Δημητρίου (1999:176) υποστηρίζει ότι κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης υπάρχουν δύο είδη ανάπτυξης: 1) Η ανάπτυξη του εμβρύου μέσα στη μήτρα και 2) Οι βιοσωματικές και συναισθηματικές αλλαγές που συμβαίνουν στη μητέρα -δύο ιστορίες που συντρέχουν.

Οι εννέα μήνες της κυοφορίας δε χαρίζουν στη γυναίκα μόνο ένα παιδί αλλά ρίχνουν ένα αλλιώτικο φως στα συναισθήματα, στις σχέσεις και στην καθημερι νότητά της, Peterson,

<http://parenting.ivillage.com/>

[8/6/2006],

Ανακαλύπτει συν τω χρόνω άγνωστες

δυνάμεις, δυνατότητες και δυναμικές στον εαυτό της, στο σύντροφο και στους οικείους της που την οδηγούν χωρίς να το καταλαβαίνει να φτιάχνει μια στενή και ιδιαίτερη σχέση μαζί τους. Το μωρό που μεγαλώνει στο σώμα της ετοιμάζεται να γεννηθεί αναζητώντας τη δική του αυτονομία, ενώ το ζευγάρι προετοιμάζεται για τους καινούργιους ρόλους. Προσαρμόζεται σ' αυτό που επίκειται να συμβεί. Το ταξίδι προς τη γονεϊκότητα χαρίζει στο ζευγάρι εσωτερικό πλούτο αλλά και κάποιες ανασφάλειες. Οι ανασφάλειες πηγάζουν συνήθως από το γεγονός ότι δεν έχουν τις απαραίτητες γνώσεις.

Στη συνέχεια γίνεται προσπάθεια ανάλυσης των ψυχολογικών αλλαγών της μέλλουσας μητέρας και πως προσαρμόζεται στο νέο της ρόλο.

## Ψυχολογικές και Συναισθηματικές Αλλαγές στην Εγκυμοσύνη

Ο προσανατολισμός και τα συναισθήματα της μέλλουσας μητέρας υφίστανται τρεις διαδοχικές διαφοροποιήσεις καθώς προχωρεί η εγκυμοσύνη. Οι τρεις αυτοί μετασχηματισμοί αντιστοιχούν ο καθένας σ' ένα από τα τρία τρίμηνα της εγκυμοσύνης (Koniak, 1992).

### Πρώτο τρίμηνο

Οι ορατές σωματικές αλλαγές είναι πολύ λίγες. Έτσι η εγκυμοσύνη είναι κάτι που ίσως μόνο η έγκυος γυναίκα το γνωρίζει, κάτι σαν το προσωπικό της μυστικό για το οποίο συχνά και η ίδια αμφιβάλλει, (Koniak 1992). Αρχικά νοιώθει αβεβαιότητα για την τελευταία εμμηνορρυσία. Της προκαλούν σωματική δυσφορία συμπτώματα όπως συ- χνούρα, ναυτία, κόπωση, ανησυχία και αϋπνία τη νύχτα. Κυριαρχεί η αβεβαιότητα για το δικό της ρόλο και του συντρόφου της ως γονείς. Οα είναι ικανοποιητικοί ή όχι; Hunter (1997, <http://www> [7/6/2006]). Οα προκύψουν υλικές ανάγκες π.χ εξοπλισμός βρεφικού δωματίου που συνεπάγεται επιπλέον χώρος. Οα πρέπει να σταματήσει από την εργασία της ή όχι;

Η έγκυος είναι συγκλονισμένη απ' αυτό που της συμβαίνει. Στρέφεται κυρίως προς τον εαυτό της και στα όσα συμβαίνουν μέσα της. Παρακολουθεί με θαυμασμό ή και με φόβο τις διάφορες αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα της, τις οποίες διαπιστώνει ότι δεν μπορεί πλέον να ελέγξει. Νοιώθει ότι χάνει την ατομικότητά της, (Συ- κάκη, 1999). Ανησυχεί για την αλλαγή του σωματικού της ειδώλου (Koniak 1992:308). Υπό κοινωνικές συνθήκες χρειάζεται πολλές χρόνος για να προσαρμοστεί σε μια αλλαγή της εξωτερικής εμφάνισης π.χ. όταν αλλάζει χρώμα μαλλιών. Στην εγκυμοσύνη όμως δε δίνεται χρόνος προσαρμογής στο σχήμα του σώματος. Μελέτες έχουν δείξει ότι πιθανό να νοιώθει ακόμα και ξένη μέσα στο σώμα της. Ανησυχεί μήπως χάσει το λεπτό καλοφτιαγμένο της σώμα, την ελαστικότητα ακόμη και τη σε- ξουαλικότητά της. Φοβάται μήπως δεν

αρέσει πια στο σύντροφο της. Προβληματίζεται για τη σεξουαλική της ζωή, (Συκάκη 1999). Πρέπει να έχει σεξουαλική επαφή και πότε; Αγωνιά και προβληματίζεται για τυχόν προβλήματα που θα δημιουργήσει το μωρό στη συζυγική και κοινωνική τους ζωή.

Νοιώθει φόβο για την ανεξαρτησία της. Νοιώθει το ηθικό της να την εγκαταλείπει, η άγνοια και η θλίψη να την κυριεύουν. Η υποσυνείδητη χαμένη ξεγνοιασιά την κυριεύει. Φοβάται ότι θα χάσει τους φίλους της και ότι θα απομονωθεί. Ανησυχίες για το μέλλον μπορεί να αυξηθούν από φόβο και άγχος. Αν είναι σοβαρές μπορεί να εξασθενήσουν την έγκυο, (Δημητρίου, 1999).

Τα θετικά συναισθήματα συμπεριλαμβάνουν ένα αυξημένο αισθησιασμό. Η γυναίκα νοιώθει γόνιμη και δημιουργική. Πλημμυρίζεται από συγκίνηση και ενθουσιασμό καθώς και αναμονή και ανυπομονησία για τη γέννηση του μωρού της. Οα γίνεται μητέρα!!! Νοιώθει ότι είναι ένα φυσιολογικό γεγονός το οποίο βοηθά στη μετάβαση προς τη γονεϊκότητα, την ολοκλήρωσή της σαν γυναίκα και την ανάπτυξή της σαν άνθρωπο, (Koniak, 1992).

Προσδοκεί το νέο της ρόλο με φαντασιώσεις. Φαντάζεται και νοιώθει πώς θα εί- ναι το βρέφος της. Πως θ' αντεπεξέρχεται αυτή και ο σύντροφος της και πως θα είναι η νέα της ζωή.

Σ' όλα τα πιο πάνω η κάθε κυοφορούσα αντιδρά με διαφορετικό τρόπο. Μερικές προσπαθούν να πληροφορηθούν ενώ άλλες προτιμούν ν' αγνοούν, και για μερικές άλλες η αφητηρία συγγραφής ενός ημερολογίου <http://parenting.ivillage.com/> [7/6/2006]. Σ' όλη τη φάση ο προσανατολισμός τους έχει επίκεντρο τον εαυτό τους καθώς το παιδί δεν αποτελεί ακόμη μια αντικειμενική πραγματικότητα (Δημητρίου 1999:176).

### Δεύτερο Τρίμηνο

Χαρακτηρίζεται ως το στάδιο σταθερότητας και απόλαυσης της εγκυμοσύνης, (Koniak, 1992). Διακατέχεται από ένα

αίσθημα ευεξίας (σωματική και ψυχική υγεία) καθώς τα σωματικά συμπτώματα της εγκυμοσύνης και η δυσφορία υποχωρούν. Ο φόβος και το άγχος λιγοστεύουν και ξεχνιούνται καθώς το κύημα σκιρτά και κινείται, (Δημητρίου, 1999). Δημιουργείται ένα είδος επικοινωνίας μεταξύ μητέρας και του παιδιού της όπου η μητέρα αρχίζει να αναμένει με ανυπομονησία κάθε μήνυμά του. Η εμπειρία αυτή αποτελεί συναισθηματική επένδυση μητέρας προς το παιδί.

Το παιδί είναι μια πραγματικότητα και ως τέτοια της αποσπά σε μεγάλο βαθμό την προσοχή της από τον εαυτό της. Ο προσανατολισμός της έχει ως επίκεντρο τώρα το παιδί (Δημητρίου 1999:177). Τα συναισθηματά της, αμφιταλαντεύονται μεταξύ φόβου για το άγνωστο, ανησυχίας για την αρτιμέλεια του παιδιού και τη δική της υγεία από τη μια και την αίσθηση της προσδοκίας του ευχάριστου γεγονότος από την άλλη (Δημητρίου 1999:177).

Η έγκυος σ' αυτή τη φάση αναπτύσσει κάποιου είδους εσωστρέφεια απομάκρυνσης και ενδοσκοπήσης, (Κονιάκ, 1992). Αποτραβιέται και συγκεντρώνεται στις δικές της ανάγκες και του κυήματος. Εμφανίζεται εγωκεντρική και ονειροπολεί συχνά. Γοητεύεται με την εγκυμοσύνη και τη διαδικασία του τοκετού, τη συμπεριφορά του κυήματος και των παιδιών γενικότερα. Εξετάζει τη δική της σχέση με τη μητέρα της καθώς αναπτύσσει το δικό της αίσθημα μητρότητας.

Αρχίζει να εμφανίζει συμπεριφορά προετοιμασίας («nesting» - φωλιάσματος), (Κονιάκ, 1992). Όπως τα χελιδόνια που φτιάχνουν τη φωλιά τους για να φροντίσουν τα μικρά τους και να τα μεγαλώσουν.

Η απορρόφηση στις δικές της σκέψεις και οι αλλαγές στη συμπεριφορά μπορεί να είναι πρόβλημα στους γύρω της. Χρειάζεται ως εκ τούτου αυξημένη αγάπη, προσοχή και κατανόηση. Πολλές φορές απαιτεί παράλογα πράγματα. Θέλει να είναι το επίκεντρο της προσοχής και όλοι θα «πρέπει» να ενδιαφέρονται για την εγκυμοσύνη της και να τη συζητούν.

Η εικόνα που έχει για τον εαυτό της σ' αυτό το στάδιο είναι πολύ σημαντική. Νοιώθει υπερηφάνεια για τη γονιμότητά της και αυτό της δίνει αυτοπεποίθηση στο να δεχτεί το νέο της σωματικό είδωλο Hunter (1997, [http://www \[7/6/2006/\].](http://www [7/6/2006/].)

### Τρίτο Τρίμηνο

Η προοπτική αλλάζει και πάλι. Επανέρχεται προοδευτικά η σωματική δυσφορία όπως κούραση, βάρος, συχνουρία, αϋπνία, αδεξιότητα. Σ' αυτό το τρίμηνο κυρίως συμβαίνουν αλλαγές στο σωματικό είδωλο. Αισθήματα παράξενα διακατέχουν την έγκυο. Νοιώθει αδέξια. Αυτό πιθανό να επιφέρει ψυχοκοινωνικές διαστάσεις. Περιορίζει τις δραστηριότητές της, παίρνει άδεια τοκετού κ.ά.

Η εσωστρέφεια μεγαλώνει. Μεγαλώνουν οι ανησυχίες για τη δική της ευεξία και «απόδοσή» της στον τοκετό. Θα τα καταφέρει ή όχι;

Αρχίζει η αγωνία και η ανυπομονησία για το σωματικό διαχωρισμό, (Κονιάκ, 1992). Ο χρόνος κυλάει πολύ αργά, ενώ οι φόβοι και οι ανησυχίες γίνονται εντονότεροι. Αγωνιά και φοβάται για τις ωδίνες και τους κινδύνους του τοκετού. Διερωτάται και ανησυχεί για την κατάσταση του παιδιού της. Αγωνιά μήπως δε γεννηθείγερό. Τα όνειρα συχνά γίνονται εφιάλτες (Δημητρίου, 1999).

Παράλληλα γεμίζει από συναισθήματα χαράς και ανυπομονησίας ότι επιτέλους θα γεννήσει το παιδί της. Καταστρώνονται σχέδια για μετά τον τοκετό. Διανέμονται ρόλοι στα μέλη της οικογένειας και γενικά πλάθονται όνειρα για τη συμβίωση με το παιδί που γίνεται ένα πραγματικό υπαρκτό μέλος της οικογένειας, (Συκάκη, 1999).

Τέλος αυξάνει την προετοιματική συμπεριφορά (nesting). Τελειώνει η ετοιμασία των χρωμάτων, καθαριότητα του σπιτιού και παιδικού εξοπλισμού. Συμβιβάζεται με τη μητρότητα και φαντάζεται υποθετικές καταστάσεις γονεϊκότητας. Έχει έμμονη ιδέα για τον τοκετό. Επιθυμεί να τελειώσει η εγκυμοσύνη.

Στη φάση αυτή το ΕΓΩ του 1ου τριμήνου και το ΑΥΤΟ του 2ου τριμήνου γίνονται ΕΜΕΙΣ στο παρόν και στο μέλλον (Δημητρίου 1999:177).

Συμπέρασμα: Με την ανάλυση των ψυχολογικών αλλαγών κατά τρίμηνα έχει διαφανεί ότι τα συναισθήματα της εγκύου κινούνται ανάμεσα σε 2 πόλους. Το θετικό και το αρνητικό. Οι φόβοι και οι ανησυχίες της μιας στιγμής δίνουν τη θέση τους στην αρμονία, χαρά και ικανοποίηση την άλλη.

### Προσαρμογή στην Εγκυμοσύνη

Η εγκυμοσύνη είναι η μοναδική εμπειρία στην οποία η σεξουαλική ένωση άνδρα και γυναίκας οδηγεί στη δημιουργία μιας νέας ζωής. Αυτή η νέα ζωή με τη σειρά της προκαλεί νέες και αναπάντεχες σχέσεις στο ζευγάρι. Το αναμενόμενο παιδί αντιπροσωπεύει τη σύνθεση τριών μοναδικών στοιχείων: τη σχέση της μητέρας με τον σύντροφο της, τη σχέση της μητέρας με το παιδί ως αντιπροσώπου του εαυτού της και τη σχέση με το μοναδικό άτομο, το αγέννητο παιδί, (Παρασκευόπουλος, 1985). Ανάλογα με τις συνθήκες μπορεί ν' αποτελέσει για τη μέλλουσα μητέρα αφητηρία για περισσότερη προσωπική, ψυχοκοινωνική και ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη, όπως π.χ. ευκαιρία για ενηλικίωση στα μάτια των γονέων της και την ανεξαρτοποίησή της, μια απτή απόδειξη για τη θηλυκότητα καθώς και την παραγωγικότητά της, μια επιβεβαίωση της αγάπης της προς το σύζυγο και ενίσχυση των δεσμών του γάμου, αύξηση του κύρους της κ.ά. Όλα αυτά επιβεβαιώνει έρευνα που έγινε γύρω από την Κύπρια Γυναίκα: «Ο σημαντικότερος σκοπός της ζωής είναι ο γάμος μέσα στον οποίο πραγματοποιείται ο προορισμός της που είναι η τεκνοποίηση, η διαιώνιση της ζωής», (Μυλωνά 1982: 15-33). Ο Χ'Εασί- λης (1999: 9-11) υποστηρίζει ότι στην κυπριακή κοινωνία η τεκνοποίηση έχει συνδεθεί με τις έννοιες ανδρισμού και θηλυκότητας.

Η έγκυος γυναίκα καλείται να προσαρμοστεί στη νέα ζωή που υπάρχει μέσα της. Σε κάτι που είναι κομμάτι του εαυτού της

και όμως ξεχωριστό από αυτή και αλλαγή από την κατάσταση της άτεκνης γυναίκας στην κατάσταση της μητρότητας, (Κοπιak, 1992). Η αλλαγή αυτή θεωρείται από πολλούς ψυχολόγους εφάμιλλη από βιολογική και ψυχολογική άποψη με την αναπτυξιακή εμπειρία της εφηβείας καθώς και της εμμηνοπαύσης, (Κοπιak, 1992). Όπως με την εφηβεία το άτομο δεν μπορεί να ξαναγίνει παιδί και με την κλιμακτήριο δεν μπορεί ν' αναπαράγει ξανά, έτσι και με την εγκυμοσύνη, η γυναίκα δεν μπορεί να γίνει μονήρες ξανά. Όσο ζει το παιδί θα είναι πάντα ο αντιπρόσωπος της γυναίκας του συντρόφου και του παιδιού.

Ένα από τα πρώτα βήματα της προσαρμογής στην εγκυμοσύνη και στο παιδί που θα γεννηθεί είναι ν' αρχίσει η γυναίκα να «παίζει» το ρόλο της. Αυτό επιτυγχάνεται περισσότερο στην αρχή της εγκυμοσύνης. Κάθε πράξη που εντείνει τη συνειδητοποίηση και αυξάνει την επίγνωση του παιδιού που θα έρθει, το κάνει πιο πραγματικό. Και όσο το παιδί γίνεται πραγματικότητα τόσο πιο πραγματική γίνεται και η μητρότητα και η γυναίκα είναι πιο έτοιμη για τις αλλαγές που επέρχονται, (Παρασκευόπουλος, 1985).

### Μαθαίνοντας από τη μητέρα

Πολλές απ' αυτές τις πράξεις είναι πιστά αντίγραφα από τη μητέρα της εγκύου, μια μεγαλύτερη αδελφή ή κάποιο άλλο πρόσωπο. Καλύτερη πηγή υποστήριξης της εγκύου είναι η ίδια της η μητέρα Hunter (1997, <http://www.troublewith.com> [7/6/2006/]). Οι αναμνήσεις για το τι έκανε η δική της μητέρα θα αποτελέσουν την αρχή της δικής της μάθησης. Υπάρχει βέβαια ο κίνδυνος μερικές μητέρες να είναι πολύ πιεστικές με το ενδιαφέρον και τις συμβουλές τους με αποτέλεσμα οι κόρες τους να αισθάνονται αυτή την καταπίεση και να μην αφήνει περιθώρια για ωρίμανση και προσαρμογή. Κάτι τέτοιο πιθανό να «παγώσει» την ικανότητα της μέλλουσας μητέρας ν' αναλάβει τις ευθύνες του παιδιού που περιμένει. Παρ' όλ' αυτά η μητέρα παραμένει ένα από τα σπουδαιότερα πρόσωπα στην πρώτη κυρίως εγκυμοσύνη κάθε γυναίκας.

### Μαθαίνοντας από φίλες

Οι στενές φίλες μπορούν επίσης ν' αποτελέσουν πρότυπο για μίμηση ειδικά στην επιλογή ντυσίματος, στο πόσο χρόνο πρέπει να διαθέτουν για ξεκούραση ή εργασία. Οι φίλες της θα την επηρεάσουν επίσης στο τι θα πρέπει να τρώει και τι να αποφεύγει [http://AA/www.parentsplace.cx/m/\[7/3/2001\]](http://AA/www.parentsplace.cx/m/[7/3/2001]). Παρόλο που τα βιβλία και οι ειδικοί δίνουν σωστότερες συμβουλές, προτιμούν να παίρνουν πληροφορίες από ανθρώπους με σάρκα και οστά που γέννησαν παιδιά.

### Νέες φίλες

Έχει παρατηρηθεί ότι στην προσπάθειά της να προσαρμοστεί, απότομα αλλάζει και ο κύκλος των φίλων της εγκύου. Ξαφνικά ξεχωρίζει αυτές που είναι ή που ήταν πρόσφατα έγκυες. Μ' αυτό τον τρόπο διευρύνεται ο κύκλος με πρότυπα που αποτελούν πηγές πληροφοριών και ανταλλαγή εμπειριών γύρω από τα παιδιά.

### Εξάσκηση στο ρόλο της μητέρας

Ο κυριότερος τρόπος προσαρμογής στο ρόλο της μητέρας είναι να πάρει το ρόλο στα χέρια της. Μπορεί να ψάξει να βρει μητέρες με μικρά παιδιά κυρίως συγγενικά και να προσφερθεί να τα φροντίσει. Η έγκυος μπορεί να προσφερθεί ν' αλλάξει πάνες, να χαϊδέψει το μωρό, να το ταισίει, να παίξει μαζί του. Τέτοιες ευκαιρίες πρέπει να έχει η έγκυος για να γνωρίσει το άγνωστο και να νοιώσει αυτοπεποίθηση και σιγουριά.

### Αλλαγές προσωπικότητας

Ενώ η εγκυμοσύνη προχωρεί, η γυναίκα πολλές φορές αναπολεί το παρελθόν. Θυμάται λεπτομέρειες της ζωής της σ' όλες τις φάσεις της, εξετάζει τα γεγονότα και τα επανεκτιμά. Το παρελθόν αποτελεί το θεμέλιο λίθο της προσωπικότητας του κάθε ατόμου (Παρασκευόπουλος, 1985).

Το πώς αντιδρά ένα άτομο στα επίκαιρα γεγονότα εξαρτάται από τις επιδράσεις

αυτών των «περασμένων κομματιών» του εαυτού του. Καθώς εξασκείται η έγκυος αρχίζει να επιλέγει τα πρότυπα που θα μιμηθεί και εξοικειώνεται με τις δικές της ψυχολογικές και βιολογικές διεργασίες (Κονιακ, 1992).

### Η γνωριμία με το έμβρυο

Το έμβρυο από τη στιγμή που υπάρχει η νοερή εικόνα του, υπάρχει και το ίδιο σαν ανθρώπινη οντότητα. Από τις πρώτες μέρες, υπάρχει αν και πολλές δυσκολεύονται να το δεχτούν σαν ανθρώπινο ον. Τα σκιρτήματα θεωρούνται το πιο σπουδαίο γεγονός, γιατί σ' αυτό το σημείο το έμβρυο κάνει αισθητή την παρουσία του, (Παρασκευόπουλος, 1985).

### Επίλογος-Συμπεράσματα

Η εγκυμοσύνη μιας γυναίκας παραμένει σε μεγάλο βαθμό μια μυστηριώδης διαδικασία, ένα ταξίδι στο άγνωστο. Κατά τη διάρκεια των 40 περίπου εβδομάδων που διαρκεί η κύηση, η μέλλουσα μητέρα βιώνει ένα πλήθος διαφορετικών και αντικρουόμενων συναισθημάτων. Αυτό τη βοηθά στην προετοιμασία για την αποδοχή του καινούργιου μέλους της οικογένειας και θέτει τις βάσεις για τη δημιουργία μιας ιδιαίτερης σχέσης μαζί του.

Δεν υπάρχει καθορισμένη συνταγή όσο αφορά την κοινωνική και ψυχολογική προσαρμογή της εγκύου. Η Τραγέα (1999:124) υποστηρίζει ότι η μαιά δεν πρέπει να θεωρεί δεδομένο ότι κάθε έγκυος είναι απόλυτα ευχαριστημένη με την εγκυμοσύνη της. Χρήσιμο είναι να καταστήσει σαφές ότι είναι διαθέσιμη να συζητήσει με την έγκυο τους φόβους της, τα προβλήματά της χωρίς διάθεση κριτικής.

Εδώ έχει τη θέση της η ψυχοπροφυλακτική κατά την οποία γίνεται ψυχοκινητική προετοιμασία της εγκύου (Συκάκη, 1996). Ο Lamage πίστευε ότι η γνώση της εγκύου όσο αφορά τη σωματική, συναισθηματική και ψυχολογική πλευρά της εγκυμοσύνης και της γέννησης ενδυναμώνει το άτομο

και έχει τη δύναμη να φέρει σε αρμονία το σώμα με την ψυχή.

Τέλος ο ρόλος της Μάιας στη σύγχρονη κοινωνία είναι πολυσήμαντος, πολυδιάστατος και εξαιρετικά υπεύθυνος και ουσιώδης. Στην εξέλιξη όπως είπε και ο Αριστοτέλης «όλα βρίσκονται σε αδιάκοπη κίνηση» που είναι ακριβώς ότι και το γνωστό «τα πάντα ρει», του Ηράκλειτου. Οι φρά

σεις αυτές των διαχρονικών φιλοσόφων απεικονίζουν τις ραγδαίες εξελίξεις που σημειώνονται ανά το παγκόσιο. Οι Μάιες αποδέκτες αυτής της εξελικτικής επανάστασης, βρίσκονται σε επαγρύπνηση και εγρήγορση για καλύτερευση των συνθηκών κάτω από τις οποίες η Γυναίκα του σήμερα φέρει στον κόσμο μια νέα ζωή.

## Βιβλιογραφία

- Δημητρίου, Λ. (1999). Τα 6 πρώτα χρόνια της ζωής. Αθήνα: Singular Publication.
- Μυλωνά, Λ. et al (1982). Η Κύπρια Γυναίκα: Έρευνα. Λευκωσία: Ομάδα Ψυχοκοινωνικών Ερευνών.
- Παρασκευόπουλος, J. (1985). Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση. Τόμος 1. Αθήνα.
- Συκάκη, Α. (1999). Τοκετός είναι αγάπη, 7η έκδοση. Αθήνα.
- Τραγέα, Ρ. (1999). Μαιευτική Φροντίδα. Αθήνα: Δ. Γιαννακόπουλος.
- Χ"Βασίλης, Β. (1999). «Γάμος, Στειρότητα και Υιοθεσία» Ιατρική Κύπρος, Τόμος 17, Τεύχη 3, 4.
- Koniak, D. et al (1992). Maternity Nursing: Family Newborn and Women's Health Care. 17th ed. Philadelphia: Lippincott.
- Hunter, B. (1997) <http://www.troublewith.com/stellent/groups/public/@fotftroubledwith/documents/art...> [7/6/2006]
- <http://parenting.ivillage.com/pregnancy/pemotions/0midwife8dsg13to-3,00.html> [7/6/2006] Peterson G.,
- <http://parenting.ivillage.com/pregnancy/pemotion/0,42r2,00.html> [8/6/2006]
- <http://www.parentsplace.com/expert/family/healthytam/gen/0,3489,10454,00.html> [7/3/2001]
- Bennet, V.R. & Brown, L.K. (1999). Myles Textbook for Midwives 13th ed. Endinbrugh: Churchill Livingstone.
- Collington, (1998) Midwives as educators: perception of a changing role British journal of Midwifery, Vol. 6, No. 8.
- Εγκυκλοπαίδεια Παιδί Υγεία Ζωή (1995). Αθήνα: ΔΟΜΙΚΗ.