



Що важливо для нашої родини? І як у нас справи?

		Я почуваю себе в безпеці	У деякі дні важко	Мені важко	Допоможіть!	Мені справді потрібна допомога
ДИТИНА	1. Зростання й розвиток дитини 	Дитина в утробі добре зростає: - я відвідую допологові обстеження, які проводить акушерка або гінеколог.				
	2. Любов до дитини та зв'язок із нею 	Ми раді своїй дитині: - я цікавлюся про дитину - я чекаю на її народження				
	3. Турбота й безпека 	Ми думаємо про потреби своєї дитини: - їжу, турботу, одяг, медичний догляд, - гігієну, обігрівання або охолодження, - безпечне місце для сну, нагляд і увагу.				
	4. Сприйняття батьківства й материнства 	Я охоче бажаю стати батьком або матір'ю: - я ставлю запитання або ділюся побоюваннями				
БАТЬКИ	5. Вагітність і народження 	Вагітність триває добре: - я відчуваю готовність до народження та післяпологового періоду - у мене позитивний досвід вагітності				
	6. Здоров'я та турбота про себе 	Я веду здоровий спосіб життя: - я добре їм і сплю та веду активне життя - я добре турбуюся про себе - я не курю, а також не вживаю алкогольні напої й наркотики				
	7. Почуття 	Я можу контролювати свої почуття: - я кажу про радість, сумніви та страхи щодо майбутніх подій - я можу поратися зі стресом				
	8. Партнер і розподіл завдань 	Я відчуваю підтримку свого партнера: - ми проходимо через вагітність разом - ми погоджуємося щодо розподілу завдань				
ОТОЧЕННЯ	9. Житло, робота, гроші, травматичні події 	У нашої родини все гаразд: - ми здорові, у нас гарна форма - є робота та достатньо грошей - у нас гарний будинок - нас не бентежать минулі травматичні події				
	10. Родина, друзі, район, медичні працівники 	Моя родина отримує достатню підтримку: - нам допомагають наші родичі й друзі - за необхідності нам допомагають сусіди та медичні працівники				
ЩО НАМ ПОТРІБНО ЗАРАЗ?		Базова турбота 	Консультація 	Додаткова турбота 	Потурбуйтеся про мій зв'язок 	Багато турботи 

GOM 'voor de geboorte'

