

# Tematyka okołoporodowa dostępna w Polskim Języku Migowym (PJM)

Przez Paulina Kruk - 13 marca 2023



fot. whitepress.com

Inicjatywa dla g/Głuchych, personelu medycznego, specjalistów zdrowia psychicznego

Agnieszka Słomian, Tomasz Mazurek

## 1. Dlaczego „Głucha Mama jedzie na porodówkę”?

Według prawa kobiety mogą rodzić w zgodzie z własnymi potrzebami, rodzinnie, intymnie, w atmosferze szacunku i zrozumienia. Mają prawo poruszać się spontanicznie, podejmować samodzielne decyzje oraz być rzetelnie informowane o stanie zdrowia swoim i dziecka.

Mimo wprowadzenia Rozporządzenia Ministra Zdrowia w 2018 roku, czyli Standardu Organizacyjnego Opieki Okołoporodowej, w Polsce nadal nie są szanowane prawa kobiet na porodówkach, a same kobiety często nie mają świadomości na temat przysługujących im możliwości, z których mogą korzystać podczas porodu.

Szczególny przypadek stanowią tu g/Głuche kobiety. Zostają one praktycznie pozbawione tych praw ze względu na swoją niepełnosprawność – często podstawowym problemem jest brak możliwości porozumienia z personelem, a także ich niewiedza, zagubienie w porodowych procedurach, czy też szybki rozwój sytuacji. W momencie porodu są one postawione w sytuacji dużego stresu, a poprzez głuchotę są często zupełnie same. Zdarza się, że osoba słysząca z rodziny g/Głuchej rodzącej, niejako przejmując „odpowiedzialność” za komunikację i personel rozmawia bezpośrednio z tą osobą pozostawiając g/Głuchą niedoinformowaną.

Głuche kobiety mieszkające w dużych miastach mają szansę trafić na oddziały położnicze, gdzie personel będzie bardziej świadomy ich niepełnosprawności oraz będzie przykładał większą wagę do standardów okołoporodowych. Jednak porodówki w mniejszych miejscowościach mogą mieć gorsze podejście w tym zakresie. Nie jest to wynik złej woli, ale po prostu brak wiedzy personelu, który w małych miastach ma mniejszą szansę na kontakt z rodzącą kobietą g/Głuchą. Personel medyczny często jest przeciążony pracą i mimo najlepszych starań może nie mieć czasu i możliwości, by zgłębić tematykę Kultury Głuchych czy też uczyć się języka migowego.

Kurs e-learningowy „Głucha Mama jedzie na porodówkę” skupia się na podniesieniu świadomości g/Głuchych kobiet i ich bliskich na temat przysługujących im praw oraz zaznajomieniu z sekwencją zdarzeń w czasie porodu, by wzmocnić ich pewność siebie w tych trudnych godzinach na porodówce. Zakres merytoryczny kursu obejmuje takie zagadnienia jak: Co zabrać ze sobą do szpitala? Jakie dokumenty przygotować przed porodem? Jak rozpoznać, że zaczyna się poród? Jak przebiega procedura przyjęcia na porodówkę? Jaka jest rola położnej, douli, lekarza oraz osoby towarzyszącej podczas porodu? Jak przebiega poród? Jakie są sposoby łagodzenia bólu? Jak jest zorganizowany Oddział Intensywnej Terapii Noworodka? Co się dzieje po porodzie w szpitalu z matką i dzieckiem?

Ważne jest usprawnienie komunikacji z położną i personelem szpitalnym, a co za tym idzie polepszenie jakości usług zdrowotnych. Dlatego powstaje też „Pakiet Komunikacyjny na porodówkę”, który pomoże w wymianie informacji w trakcie porodu i pobytu w szpitalu pomiędzy personelem szpitala i g/Głuchą kobietą. Są to karty z hasłami, infografiki oraz szablon z kodami QR do filmów w PJM oraz zestaw wskazówek i instrukcji, które pomogą lepiej zrozumieć Kulturę Głuchych.

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie projektu: <https://miedzyuszami.pl/m92-Glucha-Mama-jedzie-na-porodowke>

## 2. Dlaczego „Głucha Mama nie jest sama”?

Narodziny dziecka to rewolucja w życiu codziennym rodziny, która musi się nauczyć funkcjonować od nowa, pojawia się wiele obowiązków, wyzwań i trudności. Kobieta i mężczyzna przyjmują nowe role – ojca i matki. Doświadczają jednocześnie: poczucia szczęścia i radości; wyczerpania fizycznego i bezsennej nocy; braku czasu dla siebie oraz bycia we dwoje; ciągłego zmęczenia i osaczenia przez potrzeby dziecka itp. Większość par doświadczają w ciągu pierwszych 3 lat od narodzin dziecka umiarkowanego lub poważnego kryzysu.

Kobiety po porodzie często zapominają o dbaniu o siebie i swoje zdrowie psychiczne, gdyż zajęte są opiekowaniem się dzieckiem. Pierwszy rok po porodzie jest czasem, w którym mogą czuć się zkowięzione, i przytłoczone. Smutek po porodzie, tzw. „baby blues” oraz znacznie poważniejsza depresja poporodowa dotyka wielu kobiet, o czym często się w polskim społeczeństwie nie mówi i nie pisze. Aby zmniejszyć skutki zmęczenia i stresu, młode mamy powinny znaleźć czas dla siebie i skupić się na relaksie i odpoczynku, korzystać z pomocy innych oraz nawiązywać relacje z innymi mamami.

Wyzwania związane z okresem ciąży, porodu, porożu oraz opieki nad małymi (i nieco starszymi dziećmi) są dość szeroko znane i opisane w literaturze. Głuche mamy borykają się z takimi samymi problemami jak matki słyszące oraz z dodatkowymi problemami, specyficznymi dla tej grupy (np. inwalidztwo słuchu; dzieci CODA – czyli słyszące dzieci niesłyszących rodziców; role sugerowane/narzucane przez słyszących członków rodziny).

Korzystanie z porad psychologicznych i terapeutycznych może pomóc w utrzymaniu zdrowia psychicznego w tym trudnym okresie okołoporodowym. Jednak osoby g/Głuche mają ograniczony dostęp do usług psychologicznych. Większość psychologów nie posiada wystarczających umiejętności, aby porozumiewać się z nimi. Nawet jeśli psycholog jest w stanie porozumieć się z pacjentem, może nie być w stanie zapewnić pełnowartościowej pomocy, jeśli pacjent nie jest w stanie w pełni zrozumieć, co psycholog mówi lub wyrazić swoich uczuć.

Kurs e-learningowy „Głucha Mama nie jest sama”, skupia się głównie na aspektach psychologicznych funkcjonowania rodziny: wsparcie w radzeniu sobie z trudnościami i konfliktami w życiu rodzinnym podczas ciąży, porodu oraz zwłaszcza po narodzinach dziecka; przygotowanie do nowych ról życiowych i społecznych związanych z rodzicielstwem; pokazanie, że posiadanie dzieci jest wartością i niesamowitą przygodą.

Treści kursu pokazują, że w wyzwaniu, jakim jest macierzyństwo, kobiety nie są same – może je wspierać mąż, rodzina, znajomi, środowisko lokalne, instytucje państwowe i organizacje społeczne. Poruszane w kursie tematy to między innymi: Jak ojciec może wspierać mamę w ciąży i po urodzeniu dziecka? Jak zbudować „wioskę” wsparcia wśród bliskich? Jak budować relacje z sobą, dzieckiem, mężem? Jak zaakceptować poczucie „straty” podczas ciąży i po narodzinach dziecka? Co czują i czego potrzebują „świeżo upieczone” matki? Jakie wsparcie oferuje nam społeczność internetowa, instytucje państwowe i społeczne?

Szczegółowe informacje znajdują się na stronie projektu: <https://miedzyuszami.pl/m93-Glucha-Mama-nie-jest-sama>

## 3. Dlaczego nie tylko dla g/Głuchych ta inicjatywa?

Oprócz głównej grupy docelowej, czyli g/Głuchych kobiet, z kursów skorzystać mogą osoby związane ze środowiskiem głuchych – ojcowie, dziadkowie, osoby planujące potomstwo, g/Głusi z całej Polski zainteresowani tematem rodzicielstwa, a także nauczyciele, studenci pedagogiki specjalnej, osoby uczące się PJM oraz wszyscy zainteresowani tematyką Kultury Głuchych oraz parentingu.

Z powstałych materiałów skorzystają też instytucje które mogą mieć kontakt z g/Głuchymi kobietami, takie jak szpitale, zakłady POZ, Urzędy Pracy, Jednostki wsparcia społecznego, jednostki edukacyjne, a także specjaliści (psychologowie, pedagodzy, lekarze, położne, pielęgniarce, doule itp.); organizacje społeczne, fundacje, stowarzyszenia, grupy nieformalne, które działają na rzecz osób niesłyszących oraz wspierające rodziny.

Kursy i materiały dodatkowe Fundacja Między Uszami udostępni bezpłatnie w ostatecznej wersji w kwietniu/maju 2023 roku. Wcześniej prowadzi w miesiącach styczeń-kwiecień 2023 roku testowanie, czyli konsultacje z g/Głuchymi Kobietami, personelem medycznym, psychologami i innymi specjalistami. Następnie na podstawie zgłoszonych uwag wprowadzane są poprawki, by ulepszyć kurs i wyeliminować ewentualne błędy.

Osoby zainteresowane testowaniem i konsultowaniem kursów szczegółowe informacje znajdą tutaj: <https://miedzyuszami.pl/n22-Poszukujemy-testerow-kursow-online>

## 4. Dlaczego Fundacja Między Uszami tworzy treści w języku migowym?

Ze szczególnymi wyzwaniami i problemami towarzyszącymi porodowi i rodzicielstwu, osoby słyszące mogą zapoznać się na wiele sposobów. Mogą czytać tradycyjne książki i poradniki, teksty na portalach internetowych lub blogach, relacje na Instagramie; słuchać podcastów; oglądać i słuchać online live na Facebooku, webinarów, konferencji, filmów na YouTube; uczestniczyć w warsztatach i szkoleniach na żywo, kursach online, poradach i konsultacjach ze specjalistami itp.

Większość z tych form przekazu wyklucza osoby g/Głuche, które nie rozumieją przekazywanych treści bez tłumaczenia osoby g/Głuche lub przynajmniej niektórych uproszczoną polszczyzną. Wszelkie publikacje audio i audiowizualne są dla g/Głuchych niedostępne, jeśli nie mają napisów. g/Głusi mają problem ze zrozumieniem tekstów pisanych w j. polskim, który jest dla nich językiem wtórnym, najczęściej nabytym dość późno – na etapie szkoły podstawowej. W wyniku tego ich znajomość gramatyki, ortografii i zasób słownictwa jest u nich wielokrotnie mniejsza, niż u osób słyszących. Polski Język Migowy ma bardzo niewiele wspólnego z językiem polskim, którym posługują się osoby słyszące.

W społeczeństwie panuje opinia, że „Głuchy wprawdzie nie słyszy, ale może zawsze przeczytać informację”. Podręczniki, książki, content stron www, pisma urzędowe, instrukcje są w większości przypadków bardzo słabo zrozumiałe dla niesłyszących. Stałoby się potrzebą udostępniania trudnych treści w PJM, by g/Głusi mogli je zrozumieć.

W zasobach internetu niewiele jest materiałów edukacyjnych dedykowanych g/Głuchym rodzicom, tłumaczonych na PJM lub z napisami w uproszczonej polszczyźnie, które kompleksowo dostarczyłyby wiedzy na tematy okołoporodowe. Szkolenia tłumaczone na PJM lub prowadzone w tym języku są niezmiernie rzadkie. Niewielka jest liczba lekarzy, pielęgniarce, trenerów, czy psychologów, którzy posługują się PJM i mogliby przekazać g/Głuchym taką wiedzę.

W związku z brakiem dostępności na rynku kursów w języku migowym i niewielką dostępnością warsztatów i szkoleń w czasie rzeczywistym, inicjatywą Fundacji Między Uszami mogą doprowadzić do zmiany sposobu myślenia o rozszerzeniu i zdobyciu nowych kompetencji i kwalifikacji przez osoby g/Głuche. Projekt zrealizowany w Polskim Języku Migowym będzie mieć mocniejszy wpływ na środowisko g/Głuchych, niż projekty posługujące się przekazem tylko w języku polskim – nawet filmy z napisami po polsku nie są tak przyjazne dla g/Głuchych jak filmy z lektorem PJM.

## 5. Organizator i finansowanie

Organizatorem tej inicjatywy jest „Między Uszami” Krakowska Fundacja Rozwoju Edukacji Niesłyszących im. Marka Mazurka. Stworzenie tych innowacyjnych kursów e-learningowych jest możliwe dzięki finansowaniu Fundacji „Klub Głuchych Mam – reaktywacja” realizowanego w ramach Programu Funduszu Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2030 oraz Inkubatora „Włącznik Innowacji Społecznych” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (POWER).

Szczegółowe informacje można znaleźć na stronach: Fundacji Między Uszami <https://miedzyuszami.pl/>, Klubu Głuchych Mam <https://klubgm.miedzyuszami.pl/> oraz profilu Facebooka Głucha Mama <https://www.facebook.com/gluchamama>