

POROD aneb Proměna rodinného systému

Každý máme s porodem vlastní bytostnou zkušenost. Matky navíc obohacenou o zážitky „z druhé strany“ a někteří z otců (vynechám-li porodníky) o zkušenost zúčastněného pozorovatele. Popsat důležitost zážitku zrození pro další vývoj jedince se v psychologii i v psychoterapii už pokusili mnozí (vzpomeňme například teorii porodního traumatu Otto Ranka, teorii primárního výkřiku Arthura Janova či koncept bazálních perinatálních matic Stanislava Grofa). Téměř pokaždé o ovšem jedná o pohled úzce individuální.

Jak vypadá porod dítěte z hlediska celého rodinného systému? Sociální psychologie a teorie systémů nás učí, že zrozením dítěte se mění celý soubor rolí a funkcí partnerů, proměňují se transakční vzorce v systému, vznikají nové subsystemy, mění se vnější i vnitřní hranice systému. Narození dítěte lze přirovnat k vlně změn, které se excentricky šíří do širší rodiny i mimo tento suprasystém (z rodičů se stávají prarodiče, ze sourozenců tety a strýčkové, rodičovský pár získává nový sociální status atp.).

Výše řečené nám ale nic neprozrazuje o samotném **porodním procesu** v kontextu rodinného systému. Jde o náhlou a překvapivou změnu nebo postupnou proměnu? Je porod dítěte lineárním tokem událostí („laminárním prouděním“) či nelineárním sledem bifurkací, zvrátů a chaotických skoků („tedy turbulentním prouděním“)?

Pokusím se, díky poměrně čerstvé zkušenosti, nabídnout odpověď. Poté, co jsem prošel obdobím předporodní přípravy, vlastního porodu a poporodním časem, zaznamenal jsem celý proces, rozdělený do několika stádií tak, jak jím náš rodinný systém procházel. Z popisu může být patrné, že jde o autonomní tvůrčí proces, kdy staré, dosud fungující vzorce chování systému zanikají ve vírech chaotických zvrátů a nové se z nich rodí, aby za chvíli ustoupily dalším. Do porodního procesu vstupuje manželský pár, aby z něj, po průchodu „chaosem“, vyšel proměněn v pár rodičovský. Porodní proces tak tvoří jakýsi předěl, „**fázový přechod**“ mezi partnerstvím a rodičovstvím; zároveň je možné rozfázovat ho do několika stádií.

I. stádium (očekávání) – cca 14-7 dní před porodem

Dítě se ozývá. Žena pociťuje tlaky v břiše a podbřišku. Mluvíme o očekávání termínu, zpochybňujeme termín stanovený porodníkem, čekáme porod do týdne.

Činnosti se silně redukuje, domlouváme denní program, zastižení na telefonu, jak a co kdyby..., neplánujeme žádný odchod z domu, kulturu, návštěvy, nechce se nám nic nového začínat, všechno se dokončuje. Nutné činnosti se mění na minimum. Prožíváme pocit napětí, zvědavosti, obav z neznáma.

II. stádium (uklidnění) – cca 7-0 dní před porodem

Napětí z očekávání začátku porodu pomíjí, bolesti a tlaky buď odeznívají nebo jsou jen občasné. Děláme zas normální věci. Zklidnění. Novoty. Mluvíme o dítěti a porodu. Dá se žít klidněji, pracovat na běžných věcech. Hlavní nápor odezněl, přijímáme situaci jako neovlivnitelnou a nepředvídatelnou. Legrace. Podobné dřívějším stádiím těhotenství.

III. stádium (příprava na porod) – cca 8 hodin

Odtéká plodová voda. Přichází překvapení, že už to začíná a trochu úlevy z toho, že se konečně začalo něco dít. Vyšetření, čekání, není spěch. Nejistota, jestli se už bude rodit nebo ne. Odtéká zbytek vody – a čekáme dál. Je to jiné čekání, akční. Povzbuzování, uklidňování, zájem a péče doktorů a sester.

Hmatatelný začátek čehosi. Nedělo se nic, nyní se děje neznámý proces. Začal sám, pokračuje podle sebe. Zpráva o tom, že nás to nemine, že jsme na neznámé cestě.

IV. stadium (*vlastní porod*) – cca 4,5 hodiny

Začínají děložní stahy, První nesmělé bolesti. Opět silné očekávání neznámého . Jedeme. Větší bolesti, pomáháme ženě, ještě je čas na legraci. Intervaly mezi bolestmi se zmenšují a bolesti zesilují. Tíha, neznámo, sledování hodin, střídání prohlídek lékařem a jeho přibližné a neurčité časové předpovědi.

Bolest je veliká, utrpení neovlivnitelné. Děláme jen minimální věci, nejde příliš o něčem mluvit, přemýšlet, něco zkoušet. Vysoká citlivost. Změněný stav vědomí rodičky a její prosby o pomoc.

Lékaři pomáhají, znecitlivují vnímání bolesti. Očekáváme úlevu. Jsme vlastně stále na začátku a už je to bolavé a těžké a dlouhé a neznámé a co bude dál?!

Pomalou přichází první úleva od bolesti. Porod sám jako by ještě ani nezačal. Únava. Změny, možnost něco dělat, mluvit, záchytné body. Celkově se snad blíží vyvrcholení, i když to ještě není vidět.

Dítě se rodí. Přítomnost více lidí, zvýšená péče o rodičku. Bolesti a tlaky. Spolupráce všech. Víme, že se blíží konec a je třeba tomu pomoci. Pomáháme!

Dítě je venku, nepláče, odstřihávají pupeční šňůru a odnášejí ho. Nejistota, neznámo, strach co s ním je. První velká fyzická úleva rodičky. To nejhorší je za námi.

V. stadium (*dokončení porodu*) – cca 2 hodiny

Dramatické období pomalu končí. Rodí se placenta, jde to mnohem lépe, porodník pomáhá. Mezitím dítě zapláče, ZAPLAŤPÁNBŮH! Začínají rodičku šít, po prohlídce. Pak dítě poprvé přinášejí, zabalené, kouká, maličkaté. Úleva!

Dítě odnášejí, je v pořádku. Rodička také, odpočíváme. Je to skoro za námi. Ale ještě si to nejde příliš uvědomovat. Ta zpráva zatím nepronikla příliš hluboko do vědomí, spíše se na něm jen tak lehce vznáší, sotva uchopitelná.

Odpočíváme, smějeme se. Péče personálu. Měření tlaku, čaj, první jídlo za celý den. Dá se zase mluvit o běžných věcech, zasmát se. Převažuje únava. DOKÁZALI JSME TO!

Rodičku odvázejí na pokoj – to znamená: je to za námi. Rozloučení, únava silněji doléhá. Zvědavost a strach o dítě, kde je a jak mu tam asi je.

VI. stadium (*počátek nového stavu*) – 0-...

Začínáme si uvědomovat novou situaci. Matka, otec, dítě. Syn. Co je jinak (jsme tři). Co už nebude (starost jen o nás dva). Co bylo (zamilovanost, milenectví, manželství). Co bude (rodičovské radosti i starosti). Co by mohlo být (zázraky a překvapení z vývoje dítěte). Co nesmí být (jeho strádání).

Děláme běžné věci, přechod k normálu, který je ale poněkud jiný. Úleva a radost. Sdílíme radost s ostatními. Legrace.

Mám obavy o rodičku a dítě – zda-li jsou oba v pořádku. Přemýšlím o tom, co se vlastně stalo. Podvědomí to zpracovává po svém (sny, vize, nečekané návaly dojetí a pláče).

První racionální úvahy. *Začíná se tvořit nový řád.*

Zbyšek Mohaupt, léto 1998