

# Dojrzewanie do macierzyństwa i ojcostwa

Emilia Lichtenberg-Kokoszka

# Pierwszy trymestr ciąży

## Kobieta



### I etap

„kryzysu psychicznego”  
i „autyzmu”

To okres:

- labilności emocjonalnej
- depresji
- ambiwalencji - od uczucia akceptacji do odrzucenia poczętego dziecka
- Ogromnej potrzeby wsparcia ze strony otoczenia, zwłaszcza ojca dziecka

## Mężczyzna



### I etap

(od chwili powstania przypuszczeń o zaistnieniu ciąży do momentu ustalenia stuprocentowej diagnozy potwierdzającej poczęcia dziecka)

To okres:

huśtawki emocjonalnej, uczucia zagubienia w nowej sytuacji akceptacji lub niechęci i lęku wobec poczętego dziecka  
ponownego przewartościowania celów życiowych

### II etap

od chwili potwierdzenia ciąży do około 11 tygodnia

To okres:

małego zaangażowania ojca w sprawy ciąży

# Drugi trymestr ciąży



To okres:

## „miesiąca miodowego”

- pogłębienia więzi między małżonkami
- rozwoju uczuć w stosunku do poczętego dziecka

U kobiety to okres:

- lepszej kondycji fizycznej i psychicznej
- przeniesienia uwagi z siebie na dziecko
- uwidocznienia „odmiennego stanu”

U mężczyzny może wystąpić:

- poczucie odtrącenia
- „zazdrość o nienarodzone dziecko”

# Trzeci trymestr



## „zakładania gniazda”

To okres:

- labilności emocjonalnej
- obaw związanych z porodem i zdrowiem dziecka

Może wystąpić:

- huśtawka emocjonalna
- osłabienie procesów umysłowych

To okres...

...częstszych wypadków drogowych i w miejscu pracy