**Психологическое сопровождение беременности.**

То, что для успешных родов и послеродового восстановления очень важна предварительная подготовка женщины еще во время беременности, стало сегодня аксиомой. Кроме знакомства с физиологией родов, овладения типами дыхания и другими умениями, которым обучают медики и которые могут помочь женщине во время родов, важна помощь других специалистов – психологов, которая, прежде всего, направлена на психологическую адаптацию будущей мамы к беременности и родам. Это не только просвещение матерей, но и психокоррекция (при наличии психологических проблем, например тревожности), освобождение от комплекса страха перед родами.

В нашем центре проводит индивидуальные консультации в форме микро-лекций и занятия по коррекции (с использованием арт-терапии и музыкотерапии) для беременных женщин педагог-психолог по следующим темам:

1. Развитие малыша в утробе матери;
2. Осознание родителями своих новых социальных ролей;
3. Психоэмоциональное состояние женщины, ожидающей рождения ребенка;
4. Страхи во время беременности;
5. Психологическая подготовка к родам;
6. Грудное вскармливание;
7. Уход за новорожденным, нормативы развития ребенка первого года жизни.