

# Оглавление

Предисловие . . . . .	5
О моем исследовании . . . . .	10
Если доула исчезнет, никто не... . . . . .	20
А что, если клиентов не хватит на всех? . . . . .	21
А что с нехваткой времени? . . . . .	24
Почему это призвание. . . . .	25
Еще одна причина бояться родов . . . . .	27
Дилемма эфирных масел . . . . .	30
Что значит быть профессиональной доулой . . . . .	34
Почему мать выбирает конкретную доулу. . . . .	40
Почему не нужно рассказывать о своих родах . . . . .	42
Проявление . . . . .	45
Искусство просто сидеть на родах . . . . .	48
Почему нужно держать руки при себе . . . . .	51
Быть той, кто нужен: когда это легко . . . . .	54
Быть той, кто нужен: когда это сложно . . . . .	58
Когда спрашивать о пережитом опыте насилия? Никогда . . . . .	63
Доулы: почему так важно быть приятным человеком . . . . .	69

Доулы и информированное согласие . . . . .	71
Входит доула! Медсестры, что вы на это скажете? . . . . .	74
Три клинические рекомендации . . . . .	77
Как не стать ТОЙ ДОУЛОЙ в глазах медсестры . . . . .	79
Чем профессиональная доула полезна врачу . . . . .	85
Мощь пренатальных отношений . . . . .	91
Станьте той, с кем безопасно . . . . .	92
Составьте карту их мира. . . . .	93
Выстраивайте отношения постепенно . . . . .	95
Поверьте в них скорее, чем они поверят в себя . . . . .	96
Предоставьте клиентке возможность отстаивать себя . . . . .	97
Присутствуйте и умом, и сердцем . . . . .	98
Познайте себя и свою ценность . . . . .	99
Послесловие . . . . .	101
Благодарности . . . . .	103