



AZ ÚJSZÜLÖTTEK KÉPESEK
FELISMERNI ÉS ELŐNYBEN
RÉSZESÍTENI A
GONDOZÓJUK ARCÁT,
HANGJÁT ÉS ILLATÁT,
EZÁLTAL MEGERŐSÍTVE A
KÖTŐDÉST.

1



A SÍRÁS ÉS A MOSOLY
A CSECSEMŐ ELSŐ
KOMMUNIKÁCIÓS
ESZKÖZEI.

2



A BŐRKONTAKTUS ÉS
A SZEMKONTAKTUS
A CSECSEMŐ SZÁMÁRA
ÉRZELMI BIZTONSÁGOT
ÉS NYUGALMAT
NYÚJT.

3



A CSECSEMŐK
ÖSZTÖNÖSEN KERESIK
A GONDOZÓIKKAL
VALÓ KAPCSOLATOT,
HOGY ÉRZELMI
BIZTONSÁGOT
TALÁLJANAK.

4



A CSECSEMŐK KÉPESEK
A MIMIKA UTÁNZÁSÁRA,
AMI MÁR KORÁN SEGÍTI
A KAPCSOLÓDÁST.

5



A CSECSEMŐK AZ
ANYAMÉHBEN MÁR
ÉRZÉKELIK A KÜLVILÁG
HANGJAIT, ÉS EMLÉKEZNEK
RÁJUK SZÜLETÉS UTÁN.

6



AZ ANYAI INTUÍCIÓ
VELÜNK SZÜLETETT
KÉPESSÉG, AMELY
SEGÍT FELISMERNI
A BABA SZÜKSÉGLETEIT.

7



AZ ANYÁK
VÁLASZKÉSZSÉGE
MEGERŐSÍTI A CSECSEMŐ
ÉRZELMI FEJLŐDÉSÉT
ÉS BIZTONSÁGÁT.

8



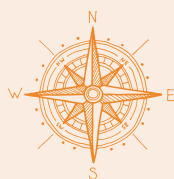
AZ ANYAI ÉRINTÉS
ÉS HANG
AZ ÚJSZÜLÖTT SZÁMÁRA
AZ ELSŐDLEGES
BIZTONSÁGFORRÁS.

9



AZ ANYA ÉS
A BABA KÖZÖTTI
ÉRZELMI ÉS TESTI
ÖSSZEHANGOLÓDÁS
A KÖTŐDÉS
EGYIK ALAPJA.

10



AZ ANYAI GONDOSKODÁS
NEMCSAK ÉRZELMI,
HANEM KOGNITÍV
FEJLŐDÉST IS TÁMOGAT.

11



AZ ANYAI VÁLASZKÉSZSÉG
ÉS SZERETET
A VILÁG IRÁNTI
BIZALOM ALAPJAIT
TEREMTI MEG
A BABÁBAN.

12



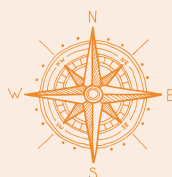
A CSECSEMŐK
SZÜLETÉSÜK UTÁN
GYORSAN TANULNAK,
KÜLÖNÖSEN A KÖZÖSEN
MEGÉLT TAPASZTALATOK
SORÁN.

13



AZ ELSŐ
KAPCSOLÓDÁSOK SORÁN
A CSECSEMŐ ÉS AZ ANYA
KÖLCSÖNÖSEN
TANÍTIJÁK EGYMÁST.

14



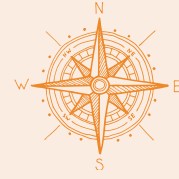
A SZÜLÉS UTÁNI ELSŐ
IDŐSZAK EGY TANULÁSI
FOLYAMAT, AMELY SORÁN
AZ ÉDESANYA
FOKOZATOSAN ISMERI MEG
A BABÁJÁT ÉS SAJÁT
ANYAI SZEREPÉT.

15



A SZÜLÉSÉLMÉNY
NEMCSAK AZ ANYA,
HANEM A BABA
SZÁMÁRA IS
MEGHATÁROZÓ, ÉS
ÉRDEMES MEGHALLGATNI,
MIT ÜZENHET SZÁMUNKRA.

1



A SZÜLÉSÉLMÉNY
FELDOLGOZÁSA
ERŐT ADHAT A
TOVÁBBLÉPÉSHEZ ÉS AZ
ANYASÁGBAN VALÓ
KITELJESEDÉSHEZ.

2



A SZÜLÉS NEMCSAK
EGY BIOLÓGIAI FOLYAMAT,
HANEM MÉLY ÉRZELMI
ÉS SPIRITUÁLIS
UTAZÁS.

3



A SZÜLÉSÉLMÉNY
FELDOLGOZÁSA
HOZZÁJÁRULHAT AHHOZ,
HOGY MAGABIZTOSABBÁ
VÁLJ ANYAKÉNT.

4



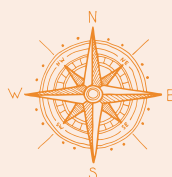
A SZÜLÉSÉLMÉNY
FELDOLGOZÁSA
MEGERŐSÍTHETI
A KÖTŐDÉST KÖZTED
ÉS A GYERMEKED
KÖZÖTT.

5



A SZÜLÉSBEN REJLŐ
TAPASZTALATOK
AZ ÉLETED MÁS
TERÜLETEIN IS
ERŐFORRÁSSÁ
VÁLHATNAK.

6



A NEHÉZ SZÜLÉSÉLMÉNYEK
FELDOLGOZÁSA
HOZZÁJÁRUL AHHOZ,
HOGY ÉRZELMILEG
ERŐSEBBÉ ÉS
ELFOGADÓBBÁ VÁLJ
ÖNMAGADDAL SZEMBEN.

7



HA MEGÉRTED
ÉS FELDOLGOZOD
A SZÜLÉS SORÁN ÁTÉLT
ÉRZÉSEIDET, KÖNNYEBBEN
LEZÁRHAOD A MÚLTAT,
ÉS TELJES SZÍVVEL JELEN
LEHETSZ A BABÁDDAL.

8



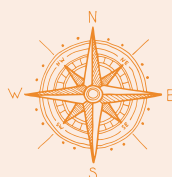
MINDEN SZÜLÉSÉLMÉNY
HORDOZ MAGÁBAN
OLYAN TANULSÁGOKAT,
AMELYEK GAZDAGÍTANAK.

9



A SZÜLÉS NEMCSAK A
GYERMEK ÉRKEZÉSÉRŐL,
HANEM A TE
ÁTALAKULÁSODRÓL
IS SZÓL.

10



A SZÜLÉSÉLMÉNYED
EGY FONTOS ÁLLOMÁS
A TÖRTÉNETBEN,
AMELYET TE ÉS A BABÁD
KÖZÖSEN ÍRTOK.

11



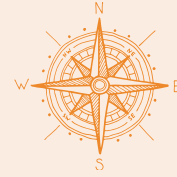
A BABÁD SZÜLETÉSÉNEK
KÖRÜLMÉNYEI
FORMÁLHATJÁK A
KAPCSOLATOTOK
KEZDETÉT, DE A SZERETET
ÉS FIGYELEM MINDEN
SEBET GYÓGYÍT.

12



A SZÜLÉSBEN ÁTÉLT
FÁJDALOM ÉS ÖRÖM IS
HOZZÁTARTOZIK AHHOZ,
HOGY ÁTÉLHESD AZ
ÁTALAKULÁS CSODÁJÁT.

13



A BABÁK SZÜLETÉSKOR
KÉPESEK EMLÉKEZNI
ÉS ÉRZÉKELNI A
KÖRNYEZETÜK ÜZENETEIT
– EZÉRT FONTOS,
HOGY BIZTONSÁGOT
ÉS NYUGALMAT
TAPASZTALJANAK.

14



A SZÜLÉS UTÁNI
ÉRZÉSEID FELHÍVJÁK
A FIGYELMED ARRA,
HOGY GONDOSKODJ A
SAJÁT LELKI
EGÉSZSÉGEDRŐL.

15



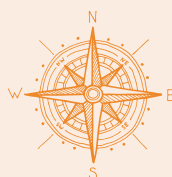
A CSALÁD EGY
DINAMIKUSAN VÁLTOZÓ
RENDSZER – MINDEN TAG
HATÁSSAL VAN A MÁSIKRA,
EZÉRT A TE JÓL-LÉTED A
BABÁD SZÁMÁRA IS
KULCSFONTOSÁGÚ.

1



A SZÜLŐSÉG NEM VERSENY
– A SAJÁT TEMPÓTOKBAN
ÉS SAJÁT SZÜKSÉGLETEITEK
SZERINT HALADTOK
ELŐRE, NEM MÁSOK
MÉRCÉJE SZERINT.

2



A TÁRSADALMI ELVÁRÁSOK
KÍVÜLRŐL ÉRKEZNEK,
DE AZ, HOGY
MIT ENGEDSZ BE
A SAJÁT VILÁGODBA,
CSAK RAJTAD MÚLIK.

3



A MIKROKÖRNYEZETED –
CSALÁD, BARÁTOK –
NAGYOBB HATÁSSAL VAN
RÁD, MINT A
TÁRSADALMI NORMÁK.
FONTOS, HOGY TÁMOGATÓ
KÖZÖSSÉGET VÁLASSZ.

4



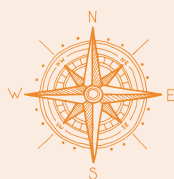
A BABA ÉS A CSALÁD
IGÉNYEI MINDIG
ELSŐDLEGESEK –
A KÜLVILÁG VÉLEMÉNYE
MÁSODLAGOS.

5



A SAJÁT CSALÁDI MINTÁID
HATNAK RÁD –
FONTOS FELISMERNI,
HOGY MIT AKARSZ
TOVÁBBVINNI, ÉS MIT
SZERETNÉL MÁSKÉPP
CSINÁLNI.

6



A KÜLSŐ ELVÁRÁSOK
GYAKRAN IDEALIZÁLT
KÉPET FESTENEK AZ
ANYASÁGRÓL, DE MINDEN
CSALÁD EGYEDI, ÉS MINDEN
ÚT KÜLÖNBÖZŐ.

7



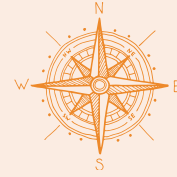
A CSALÁD MŰKÖDÉSÉT
NEM LEHET KÍVÜLRŐL
MEGÍTÉLNI – AMI BELÜL
HARMONIKUS, AZ
KÍVÜLRŐL LEHET
SZOKATLAN.

8



A SAJÁT SZÜKSÉGLETEIDRE
FIGYELNI NEM ÖNZŐSÉG –
HA TE RENDBEN VAGY,
AZ EGÉSZ CSALÁD
JOBBAN MŰKÖDIK.

9



A PÁRKAPCSOLAT
NEM HÁTTÉRBE SZORUL,
HANEM ÁTALAKUL –
FONTOS, HOGY
FIGYELJETERK EGYMÁSRA IS.

10



A TÁMOGATÓ KÖRNYEZET
– BARÁTOK, NAGYSZÜLŐK,
SZAKEMBEREK –
NEM LUXUS, HANEM EGY
JÓL MŰKÖDŐ CSALÁDI
RENDSZER ALAPJA.

11



A GYEREKNEVELÉS NEM
MAGÁNYOS FELADAT –
TERMÉSZETES, HOGY
SZÜKSÉGED VAN
KÖZÖSSÉGRE ÉS
TÁMOGATÁSRA.

12



A VÁLTOZÁS ÉS AZ
ALKALMAZKODÁS A
CSALÁD EGÉSZSÉGES
MŰKÖDÉSÉNEK RÉSZÉ –
NINCS EGYETLEN „JÓ” ÚT,
CSAK A SZÁMOTOKRA
MEGFELELŐ.

13



A KÜLSŐ NYOMÁS
CSÖKKENTHETŐ,
HA TISZTÁBAN VAGY
A SAJÁT ÉRTÉKEIDDEL
ÉS A CSALÁDOD
IGÉNYEIVEL.

14



FIGYELJ MAGATOKRA,
FIGYELJ A SAJÁT
ÉS A BABÁD
SZÜKSÉGLETEIRE.

15



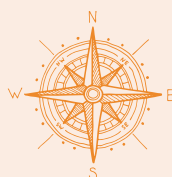
EGY CSALÁD AKKOR
MŰKÖDIK JÓL,
HA MINDENKI ÉRZI, HOGY
SZÁMÍTHAT A MÁSIKRA,
ÉS KÖZBEN TISZTELETBEN
TARTJÁK EGYMÁS
HATÁRAIT.

1



A NYÍLT BESZÉLGETÉSEK
SEGÍTENEK ABBAN,
HOGY JOBBAN ÉRTSÉTEK
EGYMÁST ÉS KEVESEBB
LEGYEN A FÉLREÉRTÉS.

2



HA MINDENKI TUDJA,
MIRE VAN SZÜKSÉGE
A MÁSIKNAK,
KÖNNYEBB MEGTALÁLNI
AZ EGYENSÚLYT.

3



A SEGÍTSÉGGKÉRÉS
NEM AZT JELENTI,
HOGY NEM VAGY ELÉG
ERŐS – AZT JELENTI,
HOGY FIGYELSZ MAGADRA
ÉS A CSALÁDODRA.

4



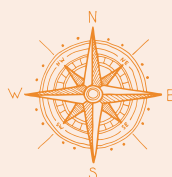
HA A CSALÁD
ÉPP NEM ELÉRHETŐ,
A BARÁTOK VAGY EGY
TÁMOGATÓ KÖZÖSSÉG IS
MELLETTED ÁLLHAT.

5



MINÉL TISZTÁBBAN
MEGFOGALMAZOD, HOGY
MIRE VAN SZÜKSÉGED,
ANNÁL KÖNNYEBB LESZ
SEGÍTSÉGET KAPNOD.

6



EGY SZERETETTELJES
KÖZÖSSÉG MEGKÖNNYÍTI
A NEHEZEBB NAPOKAT,
ÉS SEGÍT, HOGY NE ÉREZD
MAGAD EGYEDÜL.

7



AZ ÉRZELMI TÁMOGATÁS
LEGALÁBB OLYAN FONTOS,
MINT A GYAKORLATI
SEGÍTSÉG.

8



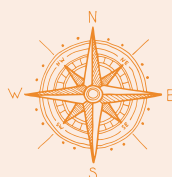
A NAGYSZÜLŐK
ÉS A ROKONOK
VÉLEMÉNYE FONTOS
LEHET, DE NEKED KELL
ELDÖNTENED, MI AZ,
AMI VALÓBAN SEGÍT.

9



AMIKOR EGY BABA
SZÜLETIK, EGY ÚJ CSALÁD
IS SZÜLETIK – IDŐ KELL,
HOGY MEGTALÁLJÁTOK
A SAJÁT RITMUSOTOKAT.

10



A KISBABA ÉRKEZÉSE
MINDEN CSALÁDTAG
ÉLETÉT MEGVÁLTOZTATJA –
FONTOS,
HOGY TŰRELEMMESEL
ÉS MEGÉRTÉSSEL
FORDULJATOK
EGYMÁS FELÉ.

11



A TÁMOGATÁS NEM LUXUS,
HANEM SZÜKSÉGLET –
HA KÉRED ÉS ELFOGADOD,
AZZAL A CSALÁDOD JÓL-
LÉTÉT IS ERŐSÍTED.

12



A SZEREPEK
NEM KŐBE VÉSETTEK –
KÖZÖSEN
ALAKÍTHATJÁTOK KI,
HOGY KINEK MI A LEGJOBB
A CSALÁDON BELÜL.

13



A NAGYSZÜLŐK,
TESTVÉREK ÉS BARÁTOK IS
FONTOS RÉSZEI LEHETNEK
A CSALÁD ÉLETÉNEK – A TI
DOLGOTOK MEGTALÁLNI,
HOGY MILYEN MÓDON.

14

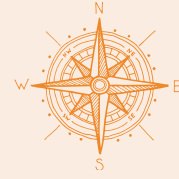


A CSALÁD EGY
BIZTONSÁGOS TÉR LEHET,
AMELYBEN MINDENKI
SZÁMÍT – TI ALAKÍTHATJÁTOK,
HOGY MILYEN LEGYEN
EZ A TÉR.

15



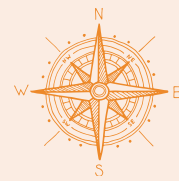
1



2



3



4