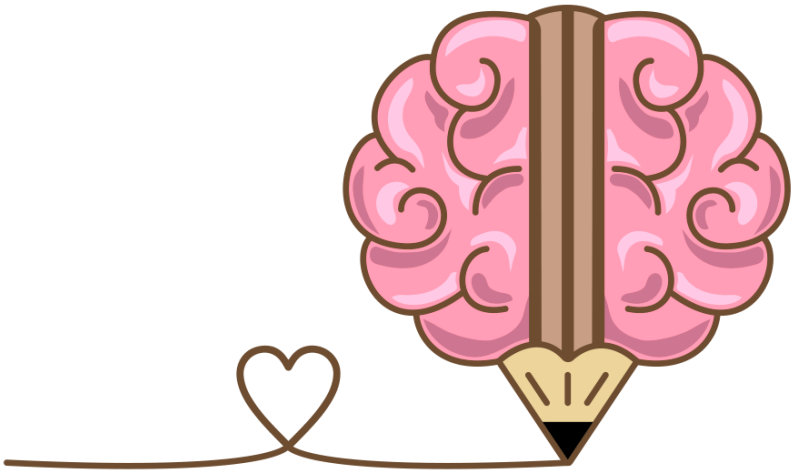


CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

Idealizadora:
Débora Barboza Rodrigues Martins
Psicóloga e Neuropsicóloga
CRP: 06/131118

DESAFIOS DA MATERNIDADE

Especial Dia das Mães

Objetivo

- Compreender como está sendo o processo de maternidade da paciente;
- Entender todos os desafios que ela está enfrentando no momento.

Aplicação

A paciente deverá pegar uma carta por vez, ler e responder a pergunta. Vá investigando, discutindo e fazendo as intervenções conforma for necessário.

Siga-me no Instagram:
@criativar.recursosterapeuticos

CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Conte suas inseguranças em ser mãe.



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você tem medo de errar como mãe? O que seria errar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Qual parte da sua rotina tem sido mais difícil?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Quais mudanças teve na sua vida depois que você se tornou mãe?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você já sentiu culpa em algum momento? Conte como foi.



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Em algum momento você já se arrependeu de ter se tornado mãe?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você se culpa por perder a paciência?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você já se comparou com outras mães?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você já teve a sensação de que não iria aguentar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Sua autoestima mudou depois da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Como foi o seu parto? Como você se sentiu?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Qual tem sido o seu maior desafio com a maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Em quais momentos você perde a paciência?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você tem uma rede de apoio pra te ajudar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você consegue ter momentos de descanso?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você consegue relaxar em algum momento?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Qual é a parte boa da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Seu relacionamento amoroso mudou depois da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Sua vida profissional mudou depois da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

A relação com seus amigos mudou depois da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Quem é a pessoa que mais te ajuda?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Qual é a parte ruim da maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Quais os maiores desafios que você sente na hora de educar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

O que é ser uma mãe presente pra você?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você sente alguma pressão por ser mãe?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você já se sentiu perdida em algum momento?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você sente que é uma mãe ansiosa? Em quais momentos?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Como você lida com o julgamento das outras pessoas na sua forma de educar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Quem é a pessoa que mais te atrapalha?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você tem medo de algo relacionado à maternidade?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Atualmente, você tem a sensação de que não está dando conta?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Você recebe muitos "palpites" de outras pessoas na sua forma de educar?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Como foi os primeiros dias com o seu bebê após o nascimento?



CriAtivar
RECURSOS TERAPÊUTICOS

Dobre

Dobre

Cole

CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

CriAtivar

RECURSOS TERAPÊUTICOS

DESAFIOS DA MATERNIDADE



Dobre

Cole

Cole

Dobre

Dobre

Cole