

En la **Asociación Española de Doulas** recibimos muchas consultas solicitando información sobre las formaciones de doulas. Dentro de la Asociación uno de nuestros objetivos **es definir y unificar criterios** para que estas formaciones sean lo más ajustado a las necesidades reales de la labor de la doula.

Por ello ofrecemos una serie de **CLAVES PARA ELEGIR TU FORMACIÓN DE DOULA:**

- Las formaciones de doulas **NO ESTÁN REGLADAS**, por lo que hay mucha variabilidad, pero **SÍ SON LEGALES**.
- **NO EXISTEN ATAJOS:** la duración media de una formación como doula va **DESDE LOS 6 MESES A 1 AÑO**. Las que son muy cortas no pueden desarrollar los contenidos necesarios, ni permiten procesar los conocimientos que se necesitan para trabajar como doula.
- La maternidad **ES MUCHO MÁS QUE PARIR**. Tiene muchas etapas y múltiples posibles caminos, por lo que la formación te debe ofrecer el abanico más amplio de conocimientos y herramientas de acompañamiento para todas ellas.
- Las doulas trabajamos desde la escucha activa y otras habilidades de comunicación, que durante la formación requieren el **DIÁLOGO DIRECTO ENTRE FORMADOR/A Y ALUMNA**. Elige formaciones participativas.
- **SOMOS DOULAS, NO TERAPEUTAS:** La herramienta principal de trabajo de la doula es ella misma, su forma de Ser y Estar, su empatía, comprensión y escucha. Las terapias no forman parte del acompañamiento.
- Es importante que **BUSQUES INFORMACIÓN SOBRE LAS DOULAS QUE OFRECEN LA FORMACIÓN Y SU AVAL**, ya que ellas serán quienes te acompañen en tu camino y te ofrezcan su conocimiento y experiencia.
- Para la mujer que quiere ser doula es importante conocer con antelación sus heridas y sus miedos para no proyectarlos en la mujer a quien acompaña. La **FORMACIÓN NO TIENE COMO OBJETIVO OFRECER LA TERAPIA QUE CADA PERSONA NECESITA**, aunque puede ayudar a reconocer esas carencias para posteriormente elegir libremente el momento y la terapia adecuadas para trabajarlas.
- En cada país hay una realidad sociosanitaria, de la maternidad y de la doula diferente, por ello es fundamental que los profesionales que te formen conozcan a la perfección la del país donde ejercerás. Por ello, **ELIGE FORMACIÓN EN Y CON LOS PROFESIONALES DEL LUGAR DONDE EJERCERÁS**.
- Formarte como doula es un trabajo personal continuado y una revisión constante de información actualizada que concierne a la maternidad y los conocimientos de la profesión. **RECICLA TU FORMACIÓN DE FORMA CONSTANTE**.

**Contacta con nosotras para cualquier duda y, si ya eres doula, únete.**

En     Madrid    , el   6   de   Marzo     de   2019    

[www.asociacionesspanoladedoulas.com](http://www.asociacionesspanoladedoulas.com)  
[asociacionesspanoladedoulas@gmail.com](mailto:asociacionesspanoladedoulas@gmail.com)

