

## **„Unverhofft guter Hoffnung“**

Psychologisch begleitete Selbsthilfegruppe bei ungeplanter und/ oder belasteter Schwangerschaft

Gesellschaftliche Erwartungen suggerieren, dass Schwangerschaft ein Zustand dauerhafter Glückseligkeit ist. Negative Empfindungen werden tabuisiert und nur wenige trauen sich darüber zu sprechen. Die meisten denken, sie sind die einzigen, denen es so geht, und schämen sich dafür. Dabei ist es ganz natürlich, dass mit den vielen Veränderungen, die eine Schwangerschaft bedeutet - insbesondere wenn sie nicht geplant war - auch Ängste und Sorgen verbunden sind: „Wie verändert sich mein Körper bzw. unsere Sexualität? Was wird aus uns als Paar bzw. wie schaffe ich es alleine? Wie wollen wir die Rollen verteilen? Wie kriege ich Job und Kind unter einen Hut?“

Wir wollen Frauen und Männern in einem geschützten Rahmen den persönlichen Austausch über alle Aspekte einer Schwangerschaft ermöglichen.

**Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr,  
pro familia Berlin  
Kalckreuthstr. 4, 10777 Berlin  
14-tägig ab dem 18.09.2019 (gerade Wochen)**

Willkommen sind Alle, die Gesprächsbedarf haben - egal in welcher Schwangerschaftswoche. Dieses Angebot ist kostenlos, wir freuen uns über eine Spende.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Vorgespräch, bitte schreiben Sie dazu eine E-mail an [psychologie.berlin@profamilia.de](mailto:psychologie.berlin@profamilia.de)

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

**Elisabeth Schleert**  
Diplom Psychologin  
Systemische  
Familietherapeutin

**Anna Althoff**  
Diplom Psychologin  
Psychologische  
Psychotherapeutin (TP)