

Schwangerschaft hat viele Gesichter

Psychologisch begleitete Video-Gruppe zum Austausch in der 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 – ob geplant oder ungeplant - auch Ängste und Sorgen verbunden sind, z.B.:

- Wie verändert sich mein Körper und wie geht es mir damit?
- Welchen Einfluss hat das auf Partnerschaft und Sexualität?
- Was wird aus uns als Paar bzw. wie schaffe ich es alleine?
- Wie wollen wir die Rollen verteilen / wo finde ich Unterstützung?
- Wie kann es finanziell gehen?
- Wie bekomme ich Job und Kind unter einen Hut?
- Wie begegne ich eigenen und fremden Ansprüchen an mich als (werdende) Mutter?

Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Kontaktbeschränkungen führen dazu, dass viele Schwangere noch isolierter sind als sonst und mit diesen Fragen allein bleiben.

Diese Video-Gruppe bietet die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen über alle Aspekte einer Schwangerschaft – schöne und weniger schöne – zu sprechen. Und das ohne beschwerliche Wege und Infektionsrisiko.

Mittwochs, 16.30 bis 18.00 Uhr

4 Termine: 7.7. / 14.7. / 28.7. / 4.8.

Video-Plattform Big Blue Button

Willkommen sind Alle, die Gesprächsbedarf haben - egal in welcher Schwangerschaftswoche.

Die obengenannten Themen sind Beispiele. Gerne können Sie eigene Fragen und Themen einbringen.

Bei Interesse schreiben Sie bitte eine e-mail an elisabeth.schleert@profamilia.de. Ich melde mich dann bei Ihnen für ein kurzes Vorgespräch zum Technik-Test und erstem Kennenlernen.

Dieses Angebot ist kostenlos, Spenden sind willkommen.

Ich freue mich auf Sie!

Elisabeth Schleert

Diplom Psychologin

Systemische Familientherapeutin