



## **Entwicklungsbegleitung und Supervision**

**Barbara Staschek**

Diplompädagogin, Supervisorin,

Gehrenrode 5, 37581 Bad Gandersheim

Telefon 05183 / 5609

[www.staschek.com](http://www.staschek.com) / [info@staschek.com](mailto:info@staschek.com)

### **„Es war eine schwere Geburt ...“**

#### **Eine Gruppe für Frauen / Eltern nach belastenden Geburtserfahrungen**

Die Zeit der Schwangerschaft und nach der Geburt eines Kindes ist für Eltern von tiefgreifenden Veränderungen geprägt. Das Erleben der Geburt ist zu bewältigen, der mangelnde Nachtschlaf und das „unbekannte Wesen“ Baby sind eine große Herausforderung. Die Erfahrung, dass die erwartete Mutter-/Vater- Liebe zu dem neugeborenen Kind sich nicht gleich einstellen will, sondern Unsicherheiten und Ängste im Vordergrund sind, ist manchmal nicht so leicht.

... und ebenso kann es schwierig sein, die tiefe unmittelbare Liebe zu erleben, die gepaart ist mit dem Gefühl der Verantwortung für das kleine Wesen ...

An dieses neue Leben gilt es sich zu gewöhnen. „Babyflitterwochen“ müssen mit Erschöpfung und Zweifeln balanciert werden. Aus einem Paar soll eine Familie werden, in der sich die Eltern dennoch als Paar wieder finden ...

...und manch eine Geburt ist so anders verlaufen, als es sich in der Wunschvorstellung angefühlt hat...

Immer wieder kommt es vor, dass Frauen / Eltern nach bzw. vor einer (weiteren) Geburt von diesem zurückliegenden oder bevorstehenden Ereignis stark belastet sind. In solchen Zeiten kann es nützlich sein, sich einen Raum zum Sprechen, Nachdenken und Nach- Fühlen zu nehmen. Es kann entlastend sein, sich unter professioneller Anleitung auszusprechen und das Geschehene zu verarbeiten bzw. sich dem Bevorstehenden anzunähern.

Im geschützten Raum einer kleinen Gruppe können Gefühle und Erfahrungen, die noch immer bedrückend oder beängstigend sind, ausgesprochen und ausgetauscht werden.

Die Koordinierungsstelle Frühe Hilfen des Landkreises Northeim bietet jetzt in Bad Gandersheim kostenfrei eine Kleingruppe an, um Mütter und Väter bei der Bewältigung sehr belastender Geburtserfahrungen zu unterstützen.

Ziel ist es, zurückliegende Erfahrungen und gegenwärtige Gefühle zu verarbeiten, um die eigenen Kräfte und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten (wieder) zu entdecken.

Die Gruppe findet im neuen Nachbarschafts- Zentrum in Bad Gandersheim in der Stiftsfreiheit 14 statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Starten wird die Gruppe am 06. November 2017 von 17.30 bis 19.30 Uhr. Die weiteren Termine sind am 27. November und am 11. Dezember jeweils auch um 17.30 Uhr.

Die Pädagogin Barbara Staschek leitet die Gruppe. Bei ihr können sich Interessierte auch weiter informieren und für die Teilnahme anmelden.