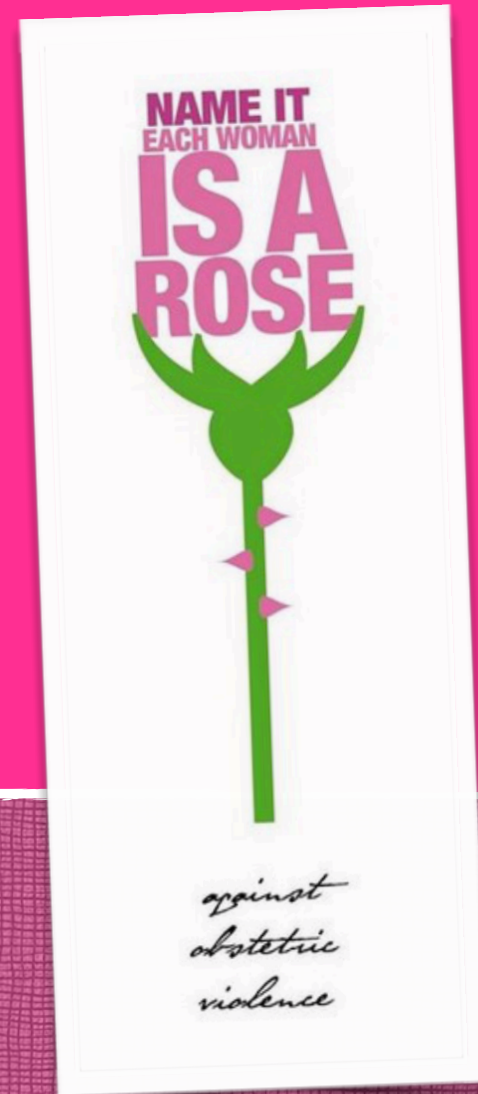


Kontakt

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt
0 69.55 94 44
service@selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**

Das Schweigen brechen



ROSENMÜTTER RHEIN-MAIN

Selbsthilfegruppe traumatische Geburt

Wer sind wir?

Mütter (nach Absprache Väter und andere Betroffene) mit **Geburtstrauma** (auch ohne bestätigte Diagnose!):

Trauma-Folgestörungen:

- ~ Angst/Panik-Störung
- ~ Folge-Depression
- ~ PTBS (posttraumatische Belastungsstörung)

Was ist ein Geburtstrauma und wodurch wird es verursacht?

- ~ nicht bewältigte Schwangerschafts-/Geburtserlebnisse mit anhaltender Vermeidung, Verdrängen, Relativieren, andauernder innerer Unruhe, »flashbacks« / sich aufdrängenden Erinnerungen, Alpträumen, Schlaflosigkeit, diffusen Ängsten, gestörtem Körpergefühl
- ~ verursacht durch Notfallsituation, seelische und körperliche Gewalt im Kreißsaal mit Verlust der Selbstbestimmung/-kontrolle, medizinischen Maßnahmen (Geburtseinleitung / operative Entbindung / Kaiserschnitt / Dammschnitt), Geburtsverletzungen, Behandlungsfehler

Was wollen wir?

Wir bieten (auf Wunsch anonym)

- ~ einen Betroffenen-Austausch im geschütztem Rahmen in neutralen Räumlichkeiten
- ~ Information und Aufklärung über Hilfsangebote
- ~ nach Bedarf regelmäßig Familien-Frühstück mit direkten Angehörigen

Willkommen sind **alle Mütter**, die ihr Geburtserlebnis nicht verarbeitet haben - auch wenn die Geburt schon lange zurückliegt.

Auch **Väter** und **Fachpersonal** sprechen wir ausdrücklich an; dafür muss jedoch im Konsens ein eigener Rahmen innerhalb oder als Gruppen-Ableger geschaffen werden. **Neugeborene** dürfen bei fehlenden Betreuungsmöglichkeiten mitgebracht werden.

Ein Geburtstrauma beeinflusst das gesamte weitere persönliche und Familien-Leben; wir wollen zuhören, zulassen, Stütze sein und hilfreiche Ergänzung auf dem Weg der Verarbeitung.

Denn es ist nicht egal, wie wir gebären.
Es ist nicht egal, wie wir geboren werden.