



Arbeiterwohlfahrt
Unterbezirk
Dortmund

Depression nach der Geburt Beratung bei postpartaler Depression



AWO Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte, Familienplanung, Paar- und Lebensberatung

Klosterstr. 8-10
44135 Dortmund

Tel.: 02 31 . 99 34 - 222
Fax: 02 31 . 99 34 - 630



www.awo-dortmund.de/beratungsstelle
beratungsstelle@awo-dortmund.de

Mo	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Di	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Mi	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Do	08:30 – 12:30 Uhr	&	13:00 – 16:00 Uhr
Fr	08:30 – 13:00 Uhr		

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit
mit einer Spende unterstützen!

AWO Unterbezirk Dortmund
Stadtparkasse Dortmund
IBAN: DE 66 4405 0199 0001 0697 21
BIC: DORTDE33XXX
Betreff: „Beratungsstelle“

Eine Spendenbescheinigung erhalten Sie gerne über unser Sekretariat.

Wir begleiten Sie bei

- depressiven Symptomen nach der Geburt
- psychischen Krisen rund um Schwangerschaft und Geburt

ein Angebot der

Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,
Familienplanung, Paar- und Lebensberatung



Arbeiterwohlfahrt
Unterbezirk
Dortmund

Depression nach der Geburt

Sehr viele Mütter erleben kurz nach der Geburt einige Tage lang ein Stimmungstief, das als „Babyblues“ bekannt ist und schnell wieder vergeht.

Jede zehnte Mutter leidet jedoch unter depressiven Symptomen, bei deren Bewältigung sie vielleicht professionelle Hilfe gebrauchen könnte.

Auch Väter können von Depression nach einer Geburt betroffen sein. Damit sich die Problematik nicht auf das ganze Familienleben ausdehnt, ist eine zeitnahe Hilfestellung wichtig.



Mögliche Symptome postpartaler Depression

- anhaltende starke Erschöpfung und Antriebsarmut
- Traurigkeit und häufiges Weinen
- Überforderungsgefühle und Selbstunsicherheit
- Schuld- und Schamgefühle, Selbstvorwürfe
- das Gefühl, dass Sie Ihrem Baby nicht gerecht werden
- kreisende Gedanken und anhaltendes Grübeln
- innere Leere und Sinnverlust

Wir begleiten Sie gerne in dem Prozess, sich in die neue Rolle und die veränderte Lebenssituation nach der Geburt Ihres Kindes einzufinden. Wir beraten Sie und ggf. Ihre Angehörigen und bieten Ihnen Begleitung, Unterstützung und Informationen.

Die Beratung ist kostenfrei (auf freiwilliger Spendenbasis), vertraulich und auf Wunsch anonym möglich.