



Josefstr. 9  
41747 Viersen



02162 - 50 33 30



viersen@donumvitae.org



www.donumvitae-  
viersen.de

## Aus der Beratungsstelle

Auch das dritte Jahr der Corona-Pandemie haben wir in der Beratungsstelle gut überstanden.

Das Angebot der „Sexuellen Bildung“ ist von Schulen und Jugendeinrichtungen wieder vermehrt angefragt worden und fast alle Beratungen fanden in Präsenz mit Maske statt.

Die Videoberatung nutzten die Klient\*innen in der allgemeinen Schwangerenberatung in Einzelfällen und diese Möglichkeit bleibt auch weiterhin bestehen.

Der Verhütungsmittelfonds wurde in diesem Jahr 56 Mal beantragt und die finanzielle Unterstützung aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ nahmen 72 Ratsuchende in Anspruch.

Die Gesamtzahlen der Erstberatungen blieben in den letzten Jahren relativ konstant, wobei die Beratungen im Schwangerschaftskonflikt gestiegen sind.

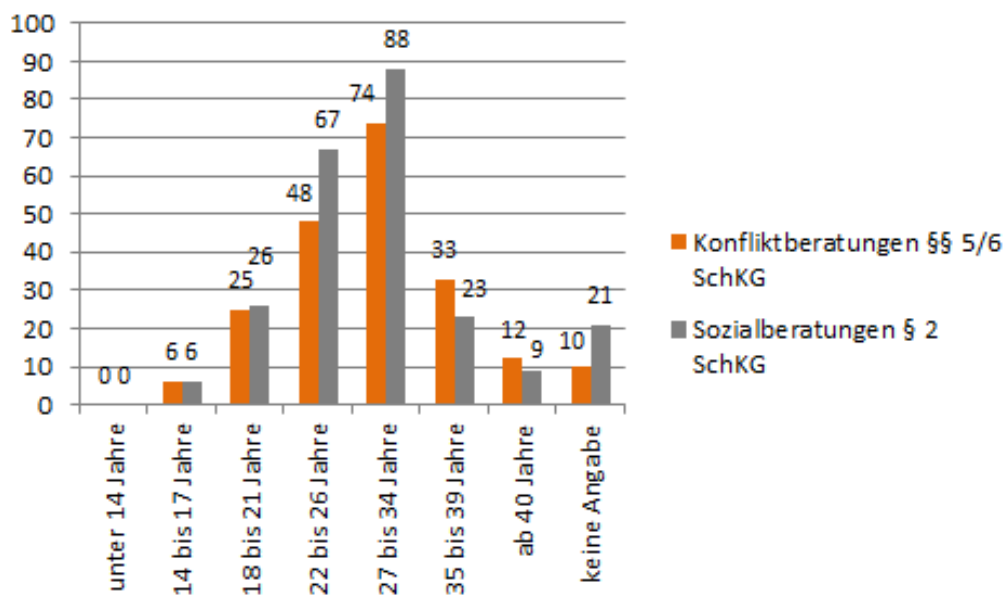
	Konfliktber- atungen	Sozialbera- tungen	Erstberatu- ngen
2018	169 41 %	244 59 %	413
2019	169 38 %	273 62 %	442
2020	183 41 %	261 59 %	444
2021	192 44 %	248 58 %	440
2022	208 46 %	240 54 %	448

Hatten wir gedacht, dass sich die Lebenssituationen mit der hoffentlich bald beendeten Corona-Pandemie entspannen, so wurde die Belastung durch den Ukrainekrieg und die damit verbundene Energiekrise und Inflation zu einer neuen Herausforderung.

In der Beratung zeigte sich deutlich, dass Zukunftsangst, Sorge um die finanzielle Sicherheit und der große Mangel an bezahlbarem Wohnraum für viele Frauen und Paare ein Grund war, das Leben mit einem (weiteren) Kind in Frage zu stellen.

Die fünf wichtigsten Gründe bei §§ 5 / 6 Schwangerschaftskonfliktgesetz (SchKG) (Mehrfachnennungen möglich)	
Ausbildungs- / berufliche Situation	129
finanzielle / wirtschaftliche Situation	121
körperliche / psychische Verfassung	96
abgeschlossene Familienplanung	78
familiäre / partnerschaftliche Probleme	74

### Beratungen nach Alter



## Postpartale Depression (PPD)

In den letzten zwei Jahren haben sich vermehrt Frauen an uns gewandt, die nach der Geburt oder auch nach dem ersten bis zweiten Lebensjahr des Kindes in eine psychische Krise geraten sind.

Sie sind müde und erschöpft, haben große Schuldgefühle, weil sie nicht die gewünschte Bindung zu ihrem Kind aufbauen können. Angst- und Panikattacken sind für sie neu und beeinträchtigen die gesamte Lebenssituation.

*„Diese Krankheitsbilder können jederzeit in den ersten beiden Jahren, vorrangig in den ersten Wochen nach der Entbindung entstehen. Dabei sind graduelle Abstufungen von leichteren Anpassungsstörungen bis hin zu schweren suizidalen Formen möglich. Häufig ist eine schleichende Entwicklung. Ungefähr 10 bis 20 Prozent aller Mütter sind hiervon betroffen.“*

(Depression und Angststörung nach der Geburt“ – Ratgeber für Betroffene und Angehörige, Schatten und Licht e.V., Seite 5)

Die Bedingungen in der Corona-Pandemie, wie Isolation, fehlende Gruppenangebote (z.B. Geburtsvorbereitungskurse), die Geburt ohne den Partner erleben zu müssen, hat die Situation zusätzlich erschwert.

Die Wartezeit auf einen Therapieplatz beträgt nicht selten länger als ein Jahr und es gibt momentan nur noch eine psychiatrische Klinik in NRW, die eine spezielle Station für Frauen mit PPD hat.

In unserer Beratung gibt es die Zeit und den Raum, Gefühle, Ängste und Bedürfnisse auszusprechen. Dieses Angebot ist offen für betroffene Mütter und Väter.

Im Beratungsprozess suchen wir gemeinsam nach Lösungen, um den Zugang zum Kind zu erleichtern, Ängste abzubauen und einen Weg aus der Krise zu finden.

Eine unserer Klientinnen hat Ihre Gedanken für uns aufgeschrieben und für diesen Jahresbericht zur Verfügung gestellt.  
Einen herzlichen Dank dafür:

## Toleranz ~~vs~~ Gesellschaft

Das was wir sehen, dass sehen wir eben.

Eine Frau, verheiratet, hat einen sicheren Arbeitsplatz, ein Haus mit Garten und vielleicht sogar einen Hund. Sie geht mit dem Kind Spazieren, Einkaufen, trifft sich mit anderen Müttern.

Sieht doch erstmal gut aus, denkt man sich nun.

Doch was ist das, was man nicht sehen kann?

Selbstzweifel – Mache ich alles richtig? Liebe ich mein Kind genug? Bin ich eine gute Mutter?

Angst – Könnte mir oder dem Kind etwas passieren? Was ist, wenn ich meinen Job verliere?

Wut – Warum verstehe ich mein Kind nicht, wenn es so schreit? Wieso hilft mir niemand?

Einsamkeit, Überforderung mit der neuen und sich ständig ändernden Situation, Frust, Traurigkeit, ein Trauma und vieles mehr.

All diese Dinge kann man nicht sehen, aber man kann darüber sprechen. Doch kann man das wirklich?

Lauscht man den Gesprächen an Bus und Bahn, erzählt jeder fleißig über seinen Diabetes, den neuen Herzinfarkt oder das frisch entfernte Hühnerauge am rechten kleinen Zeh. Aber haben Sie schon mal eine frisch gebackene Mama dort gehört, die sagt, wie es ihr wirklich geht? Das sie nicht nur Schmerzen an den Narben auf ihrer Haut hat, sondern auch an denen auf ihrer Seele.

Warum spricht sie nicht darüber?

Weil es in der Gesellschaft immer noch ein Tabu ist.

Wäre es nicht viel schöner zu wissen, dass da Menschen sind, denen es vielleicht ähnlich geht oder ging? Dass es Menschen gibt, die mich verstehen können oder einfach ein offenes Ohr haben und mein Empfinden ernst nehmen? Zu wissen, ich bin nicht allein mit meinen Gefühlen?

Ja, dass wäre viel schöner!

Würden wir darüber sprechen, was sähen wir nun?

Eine Frau, Verheiratet, Job, Haus, Garten, Hund. Eine Frau, die trotz vieler offener Fragen, einer Achterbahn an Gefühlen und jeder Menge gesellschaftlicher Ansprüche an sie dennoch das für ihr Kind gibt, was sie eben kann.

## Das Designtool Canva

Seit 2022 haben wir als gemeinnütziger Verein, einen kostenlosen Zugang zum Designtool Canva erhalten. Regulär entstünden Kosten in Höhe von rund 110 € pro Jahr.

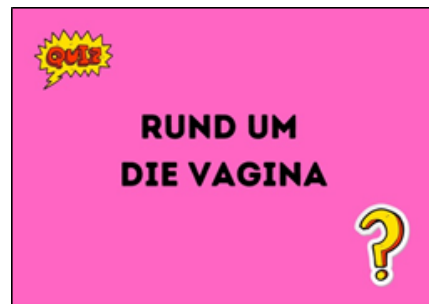
Canva ermöglicht die Erstellung von diversen Print Produkten, wie zum Beispiel Flyer, Visitenkarten etc. Das Tool verfügt über eine große Datenbank mit Fotos und Grafiken, die mit unserem Zugang alle kostenlos genutzt werden können.

Besonders hilfreich ist das Tool für die Erstellung von Materialien für sexuelle Bildung in Schulen.

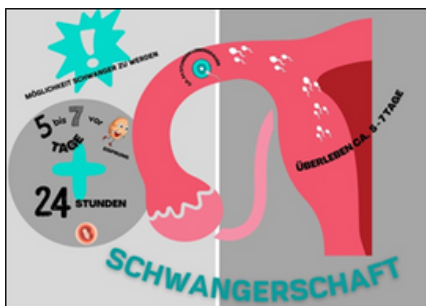
### Hier einige Anwendungsbeispiele:



Regelkarte



Quiz Kategoriekarte



Erklärkarte



Quiz Fragekarte



Spielkarten "Beziehungsbörse"

## Qualitätssicherung

Supervisionen, Fachkonferenzen, Fortbildungen, Arbeitskreise, der Austausch im Fachteam und ein großes Netzwerk in Stadt und Kreis Viersen mit den Frühen Hilfen sichern die Qualität unserer Arbeit.

### Team:

Dorothea Grotenrath	- Vorstandsvorsitzende
Dipl. Sozialpädagogin Birgit Kruse	- Leitung - Beraterin
Dipl. Sozialarbeiterin Tanja Thelen	- Beraterin
Angela Schmidt	- Verwaltung

### ehrenamtliches Fachteam:

Frau Dr. med. Zehra Moustafa	- Gynäkologin
Frau Brigitte Müller	- theologischer Beistand
Frau Gabriele Reinartz	- Rechtsanwältin
Frau Andrea Stapper	- Psychologin

**Spendenkonto:** Sparkasse Krefeld IBAN DE82 3205 0000 0059 5865 45  
BIC SPKRDE33XXX

