

Plakat-Kampagne: MUTTER BRAUCHT SCHUTZ

Mit diesem Plakat-Slogan schärfte das Kuratorium für psychische Gesundheit, Ende 2012 in der Öffentlichkeit, den Blick für die psychosoziale Dimension einer Schwangerschaft.

In einer kürzlich durchgeführten Untersuchung stellte das Kuratorium für psychische Gesundheit fest, dass knapp 10% der schwangeren Frauen sich einer so hohen Stressbelastung ausgesetzt fühlen, dass Sie dringend eine Unterstützung brauchen. Etwa 30% geben noch an, dass Sie sich hin und wieder sehr unter Druck fühlen.

Eine Schwangerschaft ist natürlich keine Krankheit. Dennoch empfinden sich werdende Mütter emotionell manchmal so wie bei einer Achterbahnfahrt. Stimmungsschwankungen in der Schwangerschaft sind durchaus normal. Deshalb ist es so wichtig, dass über die Selbstwahrnehmung die Eigenständigkeit der Frauen gefördert wird und das soziale Umfeld, der Frau mit Achtung und Respekt begegnet. Im familiären Alltag können gute Ratschläge oft wie körperliche Schläge wirken. Aussagen wie: "Diese Gefühlsduselei hätte es früher nicht gegeben" oder "Du musst als werdende Mutter doch glücklich sein" sind Worte die verletzen können, weil die tatsächlich verspürten Gefühle der Frau missachtet werden. Durch eine feinfühlig Begegnung gegenüber der werdenden Mutter in der Familie, im Freundeskreis, am Arbeitsplatz oder im medizinischen Alltag wird Wesentliches zur psychischen Gesundheit beigetragen. Das Spenden von Feingefühl und Empathie lässt eine le-

bensbejahende und lebensfördernde Atmosphäre entstehen, die in gewisser Weise wie ein Schutzraum für Mutter und Kind wirkt.

www.kuratorium-psychische-gesundheit.at

INSPIRANTO.com

MUTTER BRAUCHT SCHUTZ

Worte können verletzen. Spende Feingefühl.

Spende Feingefühl – oder spende für
bedürftige Frauen in der Schwangerschaft.
Kuratorium für psychische Gesundheit
Konto 3400 | Sparkasse | BLZ 20404
AT462040400000003400 | SBGSAT2SXXX

**KURATORIUM
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT**