

Trauma **Hilfe** Zentrum München e. V. (THZM):

Stabilisierungsgruppe – Frauengruppe **DIE RÜCKKEHR IN DEN EIGENEN KÖRPER – TRAUMATISCHE GEBURTSERLEBNISSE UND IHRE FOLGEN**

- Leitung** **Dr. med. Vivian Pramataroff-Hamburger**, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Psychotherapie, Sexualmedizin
- Termin** **Verbindliche Vorgespräche: 21.09.2020**
Gruppe: ab 28.09.2020
8 x fortlaufend montags
jeweils von 18.00 bis 19.30 Uhr
- Inhalt** Das Zur-Welt-Bringen eines Kindes ist ein Moment, in dem Frauen in einzigartiger Weise die Macht der Natur am eigenen Leib spüren. Schon während der Schwangerschaft erleben viele Frauen die Veränderungen ihres Körpers als Kontrollverlust. Im Kreissaal fühlen sie sich dann manchmal auch den Strukturen der Klinik ausgeliefert – umso mehr, wenn es Schwierigkeiten bei der Entbindung gibt und ein medizinischer Eingriff notwendig wird. Die Wucht und die Größe des Geburtsgeschehens hinterlassen im Gedächtnis der Mutter tiefe Faszination, aber auch traumatische Spuren. Schon in der Geburtssituation selbst muss die Gebärende, aber auch die ganze Gruppe der geburtshilflich Tätigen, oftmals rasche und einschneidende Entscheidungen treffen; die Geburt kann körperliche und seelische Narben und Beschwerden hinterlassen, wie Unterbauchschmerzen, Inkontinenz, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr oder Orgasmusstörungen. Das Schmerzgedächtnis wird aber stark von der inneren Erzählung beeinflusst, mit der sich Frauen an die Zeit der Schwangerschaft und des Gebärens erinnern.
- In dieser Gruppe sollen diese Erzählungen zu Wort kommen und bearbeitet werden. Es werden Ressourcen erschlossen, um körperliche und seelische Beeinträchtigungen infolge der Geburt zu verbessern und die Rückkehr in den eigenen Körper nach der Begegnung mit einem Wunder zu unterstützen.