

Brabbel- Post



ELTERN-KIND-RUNDBRIEF

26. AUSGABE OKTOBER 2025

HERAUSGEgeben VOM KDFB

DIÖZESANVERBAND AUGSBURG E.V.



Liebe Eltern-Kind Gruppenleiter*innen,

vielleicht haben Sie oder die Eltern Ihrer Eltern-Kind-Gruppe schon von dem Pilotprojekt UPlusE gehört. UPlusE beinhaltet neben den, regelmäßigen U-Untersuchungen Ihres Kindes bei Ihrem Kinderarzt, die Schwangerenvorsorge bei Ihrem Gynäkologen. Diese Vorsorge wird durch eine App-basierte Befragung ergänzt, die sich auf Ihr psychisches Wohlbefinden konzentriert (U-Untersuchung plus Elternscreening).

Hintergrund für die Pilotstudie: Die Zeit rund um die Geburt bringt viele Veränderungen mit sich, die sowohl körperliche als auch psychische Herausforderungen für (werdende) Eltern mit sich bringen. Bis zu 15% der Mütter und 10% der Väter leiden vor oder bis zu einem Jahr nach der Geburt an Depressionen, die oft nicht erkannt werden. Diese können die Freude am Neugeborenen beeinträchtigen und unbehandelt chronisch werden.

Eltern müssen diese Herausforderungen nicht alleine bewältigen; es gibt zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten. Depressionen sind behandelbar und je früher Hilfe gesucht wird, desto besser sind die Behandlungsergebnisse. [1]

Auch wir möchten diesem Thema Aufmerksamkeit schenken und beteiligen uns deshalb u. a. mit den folgenden Vorträgen an der Aktionswoche der seelischen Gesundheit, die unter dem Motto „Lass Zuversicht wachsen – Psychisch stark in die Zukunft“ steht.

Viele Grüße,

Ihre Anna Minnerrath



WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL
SPASS BEIM LESEN UND
UMSETZEN DER IDEEN!

STICHWORT: PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Wiebke Schenter (bekannt unter ihrem Instagram-Profil: piepmadame) hatte sich am vergangenen Montag Zeit für uns genommen, ihre Erfahrungen mit dem Thema „**Regretting Motherhood**“ zu teilen.

„Regretting Motherhood“ beschreibt den Zustand, in dem Frauen bedauern, Mütter geworden zu sein und die Rolle als Mutter negativ erleben. Oft führt die idealisierte Vorstellung von Mutterschaft, geprägt durch Medien und gesellschaftliche Erwartungen, zu Enttäuschungen. Gefühle von Langeweile und Überforderung können als persönliches Versagen wahrgenommen werden. Wiebke Schenter betonte die Notwendigkeit, offener über diese Herausforderungen zu sprechen, um das Stigma des „schlechten“ Mutterseins abzubauen. Es ist wichtig, dass Frauen ihre Erfahrungen als normal und valide erkennen und das Recht haben, ihre Rolle als Mutter selbst zu definieren.

Im Zuge des Gesprächs wurde klar, dass es wenig bis gar keine Möglichkeiten für Frauen gibt sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Deshalb wurde spontan von einer Teilnehmerin eine WhatsApp-Gruppe gegründet, um dem Thema Raum zu geben.

Sollten Sie oder eine Mama aus Ihren Eltern-Kind-Gruppen Interesse haben können Sie unter:

<https://chat.whatsapp.com/ETFbbw6iCXn69Ei6F7IF2J?mode=wwc>

der Gruppe beitreten.

Veranstaltungstipps

14.11.25 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr (Krumbach)

Mini-Lesereise: Bilderbuchkino "Das große Matschbad" mit der Autorin Heidemarie Brosche.

<https://www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen/mini-lesereise-1171>

18.11.25 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr (online via Zoom)

Leitung von Eltern-Kind-Gruppen: Vertiefungsseminar (Thema: Entwicklungsschritte 2- bis 3-Jährige beobachten - sehen - verstehen)
<https://www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen/leitung-von-eltern-kind-gruppen-vertiefungsseminar-1170>

25.11.25 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr (Mering)

Mini-Lesereise: Bilderbuchkino "Das große Matschbad" mit der Autorin Heidemarie Brosche.

<https://www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen/mini-lesereise-1173>

Weitere Veranstaltungen für Sie und Ihre Gruppenteilnehmer*innen finden Sie unter: <https://www.frauenbundaugsburg.de/Veranstaltungen>

Hinweis zur Förderung der Eltern-Kind-Gruppen

Bitte senden Sie uns die *Meldung für Treffen von Eltern-Kind-Gruppen des KDFB* zur Beantragung von Zuschussmitteln der Erwachsenenbildung jeweils im Juli und im Januar für das letzte Halbjahr per E-Mail an frauenbund@bistum-augsburg.de.

<https://www.frauenbund-augsburg.de/service-kontakt/downloads>



Frauenbildung Bayern

Impressum:

Katholischer Deutscher Frauenbund (KDFB), Diözesanverband Augsburg e.V., Kitzenmarkt 20/22, 86150 Augsburg
Tel: 0821/3166-3441, Fax: 0821/3166-3449, E-Mail: frauenbund@bistum-augsburg.de, Internet: <http://www.frauenbund-augsburg.de>