

## Ein weiterer Bereich meiner Arbeit:

### *Krise bzw. Depression nach der Geburt eines Kindes*

Statt Mutterglück nur Tränen, Unsicherheit und Angst:

„Ich rutschte immer tiefer in ein dunkles Loch, wo ich keinen Lebensmut mehr fühlte. Vom Alltag war ich total überfordert. Selbst das nächste Windelwechseln versetzte mich in Panik. Ich fühlte mich unfähig, Liebe für mein Kind zu empfinden, was mir große Schuldgefühle bereitete“ (eine Mutter, 30J.).

Diese sog. „peripartale Depression“ kann jederzeit im ersten Jahr nach der Geburt entstehen. Dabei sind Abstufungen von leicht bis schwer möglich. Ungefähr 20 Prozent aller Mütter sind hiervon betroffen.

#### Meine Hilfsangebote:

- Beratung für betroffene Frauen
- Ansprechpartnerin für Angehörige und Interessierte, z. B. Hebammen
- Informationen, Vorträge und Fortbildungen
- Gründung von Gruppen – bei Bedarf

Mitglied bei: [www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)



## Zudem biete ich an

- Gruppe „Trennung“ für allein erziehende Mütter und Väter, die sich vor/in/nach einer Trennung oder Scheidung befinden
- Ambulante Erziehungsberatung innerhalb der Familie, auch bei sog. ADS/ADHS-Symptomatik
- Weitere Gruppen auf Wunsch und bei Bedarf:
  - Für Eltern zur Unterstützung mit ihrem Kleinkind (Trotzphase) oder Teenager (Pubertät)
  - Trauma-Bewältigungs-Gruppe

## Kontakt

montags - freitags

**05407 / 3469 892**

**0178 / 58 134 98**

[stephanie.funke@osnnet.de](mailto:stephanie.funke@osnnet.de)

Katharinastr. 8

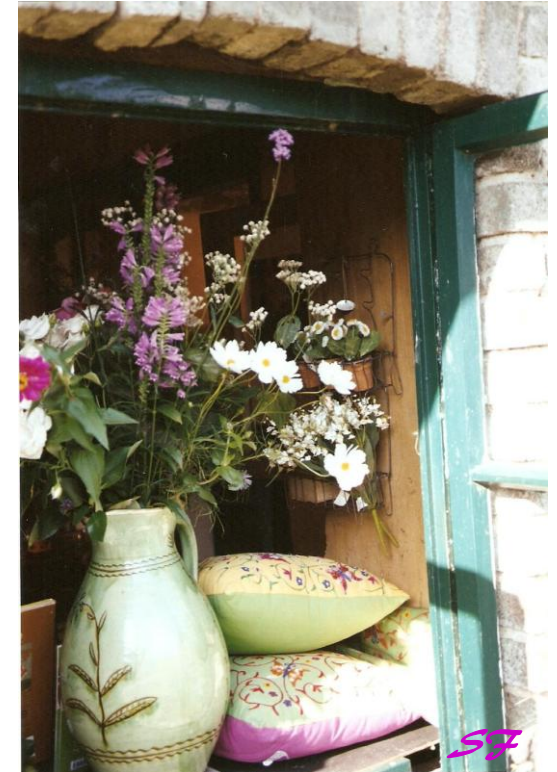
49134 Wallenhorst

[www.lebensberatung-stephaniefunke.de](http://www.lebensberatung-stephaniefunke.de)

## Anfahrt



# Lebensberatung



Heilpraktikerin für  
Psychotherapie

Stephanie Funke

## Ich berate und unterstütze Sie gerne z. B. bei ...

- Festgefahrenen Situationen
- Unzufriedenheit, Leere und Sinnkrise
- Umbruchzeiten, z.B. durch Krankheit, Arbeitslosigkeit, neuer Lebensabschnitt
- Erlebnissen von Abschied, Trauer und Tod
- Traumatischen Erlebnissen
- Körperlicher oder seelischer Gewalt innerhalb der Beziehung oder Familie
- Partnerschafts- und Ehekonflikten
- Trennung und Scheidung
- Umgangsregelungen zum Wohle des Kindes
- Situation als Alleinerziehende
- Als Mutter vom Alltag überfordert aber auch unausgefüllt
- Erziehungsfragen/-unsicherheiten mit ihrem Baby, Kind oder Teenager

## In einem vertrauensvollen Rahmen und in wohlwollender Atmosphäre

- Biete ich Ihnen Beratung in problematischen Lebenssituationen
- Unterstütze ich Sie darin, wieder Halt und Klarheit zu finden
- Helfe ich Ihnen, Wandlungen und Veränderungen im Leben zu begegnen
- Begleite ich Sie in Zeiten von Schmerz, Abschied, Verlust und Trauer
- Gebe ich Ihnen einen Raum für Gefühle, Freude wie auch Trauer
- Entdecke ich mit Ihnen Ihre Fähigkeiten, Kräfte, Stärken und Ressourcen
- Gebe ich Ihnen die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, zu entspannen und zu sich selbst zu finden
- Ermutige ich Sie, sich zu schützen und Ihre Rechte einzufordern
- Informiere, unterstütze und stärke ich Sie in der Erziehung mit Ihrem Baby, Kind oder Jugendlichen

## Stephanie Funke



- Jahrgang 1968
- Dipl. Sozialpädagogin/-arbeiterin
- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- Zusatzausbildungen in:
  - Integrative Gestaltberatung
  - Traumatherapie/-beratung
  - Systemische Familienberatung
- Ansprechpartnerin, Vorträge, Beratung sowie Leitung von Gruppen für Mütter mit peripartaler Depression bzw. Krise nach der Geburt seit 2001
- Weitere Berufserfahrungen:
  - Ambulante Familienhilfen beim Jugendamt OS-Landkreis, AWO in OS, Stellwerk Zukunft Vechta
  - Frauenberatungsstelle Espelkamp
  - Beratungsstelle, Verband allein erziehender Mütter & Väter in OS
- Verh., Mutter von zwei Söhnen