

Podcast-Liste

Zum Thema „Peripartale Depression & Angststörung“

Name	Podcastfolge	Name der Folge	Dauer (h)	Zusammengefasst
Mamafürsorge Podcast	Folge 02	Seelische Krisen rund um die Geburt	00:32	Interview mit Sabine Surholt (1. Vereinsvorsitzende Schatten & Licht e.V.) Überblick. Warum gibt es den Verein? Wie hilft Schatten & Licht den betroffenen Frauen & Angehörigen? Was sind peripartale psychische Erkrankungen? Welche Krankheitsbilder gibt es? Was hat Corona geändert? Wie ist die Prognose?
Sorglos Schwanger	Folge 18	Wochenbettdepression	00:12	Podcast von Dr. Johanna Heinrich. Thema Wochenbettdepression. Definition. Frühwarnsymptome, Risikofaktoren. Strategien & Vermeidungsideen. Was ist mit Vätern? Prognose & Ideen für Hilfe.
Sorglos Schwanger	Folge 30	Wochenbettdepression	01:03	Podcast von Dr. Johanna Heinrich. Interview mit Vanessa. Erfahrungsbericht nach traumatisch erlebter Geburt und Wochenbettdepression. Hilfsangebote zur frühen Hilfe, u. a. Familienhebamme
Echte Mamas		Depressionen als Mama	00:17	Anfrage von Ela aus der Community: „Ich habe eine Depression, mein Sohn ist 2 Jahre alt. Wie gehe ich mit schlechten Tagen um?“ Interview mit Maren Wolf (betroffene Influencerin). Umgang mit dem Umfeld. Umgang mit Gefühlen, auch als Mama. Ansprüche als Mama. Verhalten Kindern gegenüber. Umgang mit Scham & Schuldgefühlen. Angst vor Wochenbettdepressionen & Hilfestellen. Wie kann man als Außenstehender unterstützen?
Die friedliche Geburt	Folge 60	Wenn Dich das Schwangersein nicht glücklich macht	00:24	Wie zeigt sich eine Depression in der Schwangerschaft? Was sind mögliche Ursachen? Was könnte vielleicht helfen?

Muttergefühle – Der Talk über Tabus in der Schwangerschaft und nach der Geburt	Folge 3	Unglücklich trotz Wunschkind Von Katharina Fuß	00:34	Katharina Fuß berichtet als Betroffene über ihre Depression in der Schwangerschaft im Interview mit Constanze Weigle (Psychotherapeutin). Weitere Themen: Anlaufstellen und wie geht es dem Vater damit.
Hallo Gesundheit	Folge 02	Wege aus einer postpartalen Depression	00:29	Interview mit Yvonne Suter (betroffene Mama). Sie hatte eine WB-Psychose & 2 Schwangerschafts-Depressionen erlebt & ist im Vorstand vom Verein postpartale Depression Schweiz. Definitionen. Symptome. Mögliche Ursachen. Mutter-Kind-Klinik Einblicke. Gefühle zu Antidepressiva. Gefühle gegenüber ihren Kindern. Was hat am meisten geholfen in der Zeit? Was eher nicht? Wie ging es beim ersten Kind & was hat sie für das zweite Kind vorbereitet?
Rätsel des Unbewussten	Folge 49	Postpartale Depression	00:29	Podcast von einem Psychoanalytiker & Psychotherapeuten. Psychodynamischer & Blick auf die Erkrankung. Etw. nüchtern, sehr informativ. Ursachen Depression? Unterschied zu Babyblues oder Psychose? Typische Symptome? Zusammenhänge mit bisherigem Leben. Wie ergeht es Vätern nach der Geburt? Wo findet man Hilfe? Prognose?
Mamalicious Podcast	Folge 15	Postpartale Depression: Das Tief nach der Geburt	00:34	Interview mit Psychotherapeutin Linda Rasumowsky. Definition & Symptome. Welche Erkrankungen gibt es noch? Was kann Belastungen verstärken? Was kann entlasten? www.mentalwellmom.com
Gastfamilie	07.05.2023	Wie fühlt sich eine Wochenbettdepression an?	00:34	Gastfamilie – der Familienpodcast von glückskind Erfahrungsbericht von Autorin und Podcasterin Julia Knörnschild
Mamafürsorge Podcast	Folge 05	Es gibt ein Leben danach	00:37	Interview mit einer betroffenen Frau zum Thema Wochenbettdepression. Was waren ihre Symptome? Wie hat sie es gemerkt? Sie berichtet über ihre Zeit in der Mutter-Kind Tagesklinik. Wie hat sie ihren Alltag neu strukturiert? Welche Angebote gab es?
SWR2 Wissen	08.09.2022	Wochenbettdepression Wenn das Mutterglück ausbleibt	00:27	Was ist eine Wochenbettdepression, wie kann man diese behandeln? - von Franziska Hochwald. Expertenmeinungen von Fachärztinnen, Hebammen, Therapiezentren und Erfahrungsberichte von Vanessa und Sarah (betroffene Mütter)

Bindung von Anfang an	Folge 39	Wochenbettdepression & Babyblues	00:37	Podcast von Geburtspychologin. Interview mit Britta Scheufens (betroffene Frau, Autorin: „Zurück ins Leben. Mein Weg aus der Wochenbettdepression.“, Beraterin, Ausbildung HP Psych.) Unterschied Babyblues und WB-Depression? Heilungschancen? Erfahrungsbericht: Umgang mit Suizidgedanken. Scham & Schuld. Überlagerung von Liebe durch andere Gefühle. Auswirkung auf Beziehung, Langzeitfolgen? Braucht Vater Therapie? Struktur im Alltag. Eigene „Rettungsinseln schaffen“. Aktuelle Studienlage. Kann man die Bindung zum Kind wieder „heilen“? Erfahrungsbericht, liebevolle Routinen. Tools bei starken Gefühlen. Was ist EPDS? Hilfsangebote für Betroffene & Angehörige. Schlussworte an betroffene Mütter.
Babelli	Folge 01	Von wegen rundum glücklich: Wenn Schwangersein nervt	00:38	Umgang mit Sorgen, Ängsten & Herausforderungen in der Schwangerschaft. Hilfreiche Tipps für den Umgang mit den Gefühlen. Erfahrungsbericht. Körperbild in der Schwangerschaft. Herausforderungen mit Mitmenschen. Und der Partner? Wie ist das Leben dann mit Baby?
The weeks Wochenbett podcast	Folge 01	Anna Schmitz über Babyblues, Wochenbettdepression & mentale Gesundheit im Wochenbett	00:45	Interview mit Anna Schmitz (Psychologin). Erfahrungsbericht. Herausforderungen im Wochenbett. Unterschied Babyblues & Wochenbettdepression (bzw. Depression in der Schwangerschaft). Kann ich dem vorbeugen? Tipps für Gespräche mit Partner. Wie erkennt man Stress & Stressoren? Was wünsche ich mir dann von dir? Wochenbettplan erstellen. Wo bekommt man Hilfe? Wie erkenne ich die Depression? Hilfe bei Suizidgedanken.
Die friedliche Geburt	Folge 243	Traurig im Wochenbett Interview mit Nora	00:53	Interview mit einer betroffenen Frau. Wie hat es sich angefühlt? Allein fühlen, einsam sein, Schuldgefühle. Welche Angebote gab es & wo findet man diese? „Emotionale erste Hilfe“, Frühe Hilfen, Familienhilfe, Mütterpflege, Babybetreuer, Haushalthilfe, Verein Wellcome, Schatten&Licht, Traumatherapie. Mutter-Kind Station.
Joyful Mama Dein Hebammen Podcast	Folge 63	Wochenbettdepression	01:06	Podcast von Hebamme Evi Bodman Unterschied zwischen Babyblues und Wochenbettdepression. Hilfe zulassen, welche Möglichkeiten gibt es? Begriffserklärung und Symptome einer Wochenbettdepression.

SR Tabularasa Weg mit Tabus	12.07.2022	Wochenbettdepression: Traurigkeit statt Mutterglück	00:49	SR 2 Sendung von Lisa Krauser und Sally-Charell Delin Erfahrungsbericht von Jessica und Jenni (betroffene Mütter) Wochenbettdepression nach Notkaiserschnitt Umgang mit der neuen Realität
Shivani Vogt Diplompsychologin Frau Selbstbewusst	Folge 138 22.08.2023	Interview mit Sabine Surholt vom Verein Schatten und Licht e.V.	00:41	Interview mit Sabine Surholt (1. Vereinsvorsitzende Schatten & Licht e.V.) Warum gibt es den Verein und wie hilft Schatten & Licht den betroffenen Frauen & Angehörigen? Was sind peripartale psychische Erkrankungen/welche Symptome und Ursachen?
Hebammensalon		Wochenbettdepression. Wie erkenne ich, dass ich Hilfe brauche?	00:58	Podcast von 2 Hebammen (Werbung am Anfang & Mittelteil). Start ab Min 23. Babyblues vs. Wochenbettdepression. Schweregrade. Medikamente? Viele Frauen „stellen Diagnose erst im Nachhinein“. Wie fühlt sich eine WB-Depression z.B. an? Scham-&Schuldgefühle. Wie wirkt es auf das Umfeld? Wie geht es Frauen mit vorheriger bekannter Depression? Was ist ansonsten wichtig z.B. Nährstoffe? Was könnte sonst helfen? Partner informieren. Was ist EPDS? Welche Angebote gibt es? Infos für Angehörige?
Glücksmama Podcast	Folge 30	Ich bin keine Glücksmama	01:08	Interview mit 2 betroffenen Frauen. sehr ausführliches & informatives Gespräch über ihre Erfahrungen mit Wochenbettdepressionen.
Neues vom unterm Dach	Folge 27 & 29	Wind beneath my wings & Ich lass für dich das Licht an	01:05	Lockeres Gespräch zwischen Astrid (Beraterin bei Schatten&Licht) & bestem Freund (beide Betroffene). Was ist eine Depression? Wie äußert sich diese? Wie hat sie sich gefühlt? Thema Schreibaby. Schuldgefühle gegenüber Angehörigen. & dem Baby. Körperlicher Zusammenbruch. Therapie & Antidepressiva. Hilfe von Schatten & Licht. Klinik. Strategien im Alltag heute Teil 2 des Gesprächs: Was kann bei der Therapie unterstützend helfen? Z.B. Schreiben, der Depression einen Namen geben. Wie hat sich die Beziehung zu Angehörigen/ Partner verändert? Was hat geholfen?
Glückliche Schwangerschaft mit Dr. Johanna Heinrich	Podcast	Schatten und Licht - Wochenbettdepression	00:32	Interview mit Sabine Surholt vom Verein Schatten und Licht e.V. Vorstellung und Hilfsangebote des Vereins Schatten und Licht e.V. und persönlicher Erfahrungsbericht von Sabine Surholt zum Thema Wochenbettdepression als Betroffene

„Hi, Baby!“ Der Mama-Podcast von Isa	19.06.2024	Postpartale Depression Erfahrungen & Tipps	00:19	Hier gibt es Berichte von Müttern, wie es ihnen mit dieser Erkrankung ging, oder immer noch geht. Sie geben Tipps, was ihnen tatsächlich geholfen hat.
Der Mama-Mutmacher Podcast von Vanessa Lisa-Marie	03.07.2024	Erfahrungsbericht über Postpartale Depression	00:56	Erfahrungsbericht von Tanja (Fachkinderkrankenschwester und Leiterin einer Selbsthilfegruppe) über ihre Depression nach der 2. Geburt. Hilfsangebote für Betroffene
ARD 1 Audiothek IQ - Wissenschaft und Forschung	20.11.2024	Depressiv nach der Geburt - Wie kann man erkrankte Mütter besser behandeln? Wochenbettdepression	00:12	Erfahrungsbericht einer betroffenen Mutter zum Thema Wochenbettdepression mit Suizidgedanken. Bericht über das Krankheitsbild, neue Projekte und Hilfsangebote.

Zum Thema „Traumatische Geburt“

Mamafürsorge Podcast	Folge 02	Seelische Krisen rund um die Geburt	00:32	Interview mit Sabine Surholt (1. Vereinsvorsitzende Schatten & Licht e.V.) Überblick Warum gibt es den Verein? Wie hilft Schatten & Licht den betroffenen Frauen & Angehörigen? Was sind peripartale psychische Erkrankungen? Welche Krankheitsbilder gibt es? Was hat Corona geändert? Wie ist die Prognose?
Echte Mamas		Traumatische Geburtserfahrung – nimm dir Zeit, zu verarbeiten!	00:32	Melanie (HP.Psych., EMDR & Psychotherapeutin). Was ist ein Trauma? Was können Gründe sein? Was können Folgen für die Mama sein? Mögliche Folgen in der Bindung zum Baby. Was kann helfen? Wie merke ich PTBS 6 wann brauche ich Hilfe? Wie helfen Ressourcen? Was kann helfen? Geburtsbericht anfordern. Brief schreiben. Hilfestellen. Trauma bei Vätern. Wie hilft Hypnose? Wie hilft EMDR? Vorbereitung in der Schwangerschaft. Wie lange nach der Geburt kann man Traumata noch verarbeiten?

Gebärmütter Talk	Folge 28	Wie kann ich meine Geburt verarbeiten?	00:35	Interview mit Anke Wozu (Hp Psych. & Doula) Wie kam sie zu ihrer Arbeit? Wieso erleben Frauen die Geburt als belastend? Wie kann man sich vorher schützen? Wie kann man die Geburt verarbeiten?
SWR 2	25.11.2022	Gewalt in der Geburtshilfe	00:29	Vera Kern über die Roses Revolution, Gewalt und Respektlosigkeit bei der Geburt – mit Betroffenenberichten
Babelli	Folge 86	Ein Geburtstrauma richtig verarbeiten	00:41	Interview mit Lisi Vitali Gesundheits-Psychologin. Definition Geburtstrauma. Mögliche Ursachen. Was ist besonders wichtig nach einem Geburtstrauma? Normalisierung aller Gefühle. Wann sollte ich mir Hilfe holen? An wen kann ich mich wenden? www.isppm.de Was passiert im Gehirn beim Trauma? Dissoziation & Trigger. Was ist eine Traumaintegration? Wie geht es dem Baby? Hilfe für das Baby mit I.B.T. Was ist eine PTBS? Was kann das Umfeld/der Partner tun?
HEY Familie! Podcast von glückskind.	Folge 12	Geburtstrauma – Hilfe bei der Bewältigung traumatischer Erlebnisse	00:47	Interview mit Diplom-Psychologin Tanja Sahib (Autorin „Es ist vorbei, ich weiß es nur noch nicht.“) Statistiken. Roses Revolution Day. Welche Ursachen hat ein Trauma? Was ist ein Trauma? Dissoziation. Erstgebährende. Hypnobirthing, Geburtspläne etc. Triggersituationen. Panik & Angst. Wochenbettdepression & Trauma. Buch: „Darauf waren wir nicht vorbereitet.“ Ich bin traumatisiert & jetzt? Ab wann Therapie etc.? Selbsthilfegruppen. Schuldgefühle & der Umgang damit. Klinikkultur, Gesundheitssystem. Kommunikationsprobleme. Machtmissbrauch. Wertung gg. Patienten. Tipps für das Personal, um evtl. Dissoziationen umzukehren. Was dieser Satz „Ich passe ab jetzt auf sie auf.“ Bewirken kann!!! Wie kann ich den Partner mit ins Boot nehmen? Wie geht es den Vätern & warum? Fallbeispiele aus der Community. Traumabewältigung. Mother Hood Leitlinien. Gespräch in Klinik. Geburtsbericht. Einordnen in Lebenslauf.
Mamacademy	Folge 89	Geburtstrauma – Ein Interview mit Traumatherapeutin Julia Berg	00:48	Dr. Rieke Hermann (Frauenärztin) interviewt Traumatherapeutin & Psychologin Julia Berg. Wie merkt man vielleicht, dass die eigene Geburt traumatisch war? Mögliche Ursachen /Risiken? Was ist ein Geburtstrauma? Welchen Unterschied kann eine einfühlsame Begleitung machen? Was sind mögliche Symptome / Anzeichen? Mögliche Schuldgefühle. Verbindung zu Depressionen. Wie kann ich die Bindung zu meinem Baby stärken? Was kann bei der Heilung helfen? Wie kann sich das Trauma körperlich zeigen? Mit wem kannst du darüber reden? Geburtsbericht anfordern. Was kann beim nächsten Mal vorbereitet werden? Erfahrungsbericht. Infos zu Onlinekurs & Beratung.

Ist das normal?	10.04.2023	Geburt und Trauma; Hauptsache alles ist gut gegangen	01:02	Podcast von Zeit online von Melanie Büttner und Sven Stockrahm. Interview und persönlicher Erfahrungsbericht mit Franziska Hohmuth (Paar-/Sexualtherapeutin) und Martina Kruse (Hebamme und Traumafachberaterin) über traumatische Geburtserfahrungen. Verweis auf Hilfsangebote
Die friedliche Geburt	Folge 273	Geburts-trauma: Folgen und Auflösung – Interview mit Trauma-therapeutin Tanja Sahib	00:52	Interview mit Tanja Sahib (Psychologin, Autorin, syst. Familientherapeutin, Traumatherapeutin) Was ist ein Trauma? Was ist eine Dissoziation? Besonderheit Geburts-trauma? Was ist Psychoedukation? Flashbacks, Alpträume. Verdrängungsmechanismen. Trauma bei Begleitpersonen. Beispiele aus ihrer Arbeit. Es ist wichtig für Paare, dass sie ihre Bewältigungsmechanismen gegenseitig verstehen. Vätergruppen. Mögliche Ursachen für Paarprobleme nach der Geburt. Kann man Trauma verhindern? Unterschiede zu Hypnotherapeutischen Methoden & das Führen ins „Hier & Jetzt“ als Dissoziationsstop. Kann eine realistische Einschätzung einer Geburt helfen? Erfahrungsbericht Kirstin. Parallelen & Unterschiede zu anderen Säugetieren. Mögliche Kontaktaufnahme zu Tanja Sahib.
Glücksmama Podcast	Folge 67	Traumatische Geburtserlebnisse verstehen & begleiten	00:56	Interview mit Cathrin Wiesner (Hebamme & Psychologin). Definition von Trauma. Geburt als „Blackbox-Ereignis.“ Was passiert im Gehirn bei einem traumatischen Geburtserlebnis? Wie fühlt man sich danach im Gegensatz zur Wochenbettdepression? Welche Hilfe gibt es? Welchen Einfluss kann das Trauma auf die Mutter-Kind-Bindung haben? Warum es so wertvoll ist über die Geburt zu sprechen. Was geschieht im Gehirn? Was ist mit Vätern? Erster Geburtstag? Frühgeborene? Was ist bei dem nächsten Kind? Kann ich vorbeugen? Wie verarbeiten? Rat an Freunde/ Angehörige. Warum Gefühlsdurchbrüche wie Wut? Wo gibt es Hilfe? Tanja Sahibs Buch.
Hebammensalon		Trauma oder Traumgeburt: Wenn die Geburt ganz anders läuft.	00:58	Podcast von 2 Hebammen (Werbung am Anfang & Mittelteil). Start ab Min 9. Empfinden ist individuell. Beispiele. Appell an Geburtshelfer. Was wäre zur Vorbereitung auf jede Geburt wichtig. Intensität einer Geburt an sich. Was wäre in einem Geburtsplan sinnvoll? Welche Fragen wären vorher sinnvoll? Was ist wichtig für Begleitpersonen. Wie bereite ich mich auf unterschiedliche Szenarien vor. Nachgespräch in Klinik. Geburtsbericht anfordern. Was ist mit dem Baby? Bindungsbad. Roses Revolution Day. Möglichkeiten zur Verarbeitung.

JoyfulMama - Dein Hebammen-podcast	Folge 35	Gewalt in der Geburtshilfe - Roses Revolution	01:01	Podcast von einer Hebamme & Yogalehrerin . Was ist der Roses Revolution Day. Appell an Geburtshilfe. Wer definiert was Gewalt in der Geburtshilfe ist? Welche Formen von Gewalt gibt es? Wo kann Gewalt auftauchen? Körperlich & psychisch. Beispiele. Sender & Empfänger. Hormone & ihre Wirkung. Hirnfunktion während der Geburt. Vorstellung vs. Realität. Psychischer Druck in der Geburtshilfe. Auswirkungen von unzureichender Aufklärung / fehlender Kommunikation. Allein lassen, überfordern. Gesundheitssystem. Über Scham & Schuld. Konkrete Beispiele. Tipps für Betroffene. Ideen für Traumaauflösung. Trigger. Verbindung Körper Geist. Brief schreiben. Geburtsbericht anfordern.
Kugelzeitcoaching	Folge 83	Was bei einem (Geburts-)Trauma helfen kann.	01:01	Interview mit Mona Susami (Traumafachberaterin) Was ist ein Trauma / Geburtstrauma? Es gibt auch belastende Erfahrungen in Schwangerschaft & Wochenbett. Wie viele betroffene Frauen gibt es? Was könnte eine Ursache für ein Geburtstrauma sein? Wie können sich die Auswirkungen eines Geburtstraumas anfühlen? Wie läuft eine Traumafachberatung ab? Thema Gefühle z.B. Wut. Wie hat Monas Doula geholfen in der Zeit danach? Erster Geburtstag? Tipps, Hilfe & Tipps für Väter & Angehörige.
Deutschlandfunk	25.11.2022	Gewalt in der Geburtshilfe	00:06	Hebamme Anja Lehnertz (Initiative gewaltfreie Geburtshilfe) im Gespräch mit Ute Welty
Deutschlandfunk	04.07.2023	Weinen hilft Dir jetzt auch nicht	00:53	Marie von Kuck über den 25.11. bzw Roses Revolution Geburtshelfende als Gewalttäter
Apotheken-umschau „The Sex Gap“	Folge 19	Wenn die Geburt zum Albtraum wird	00:48	Von der WHO definierte Gewaltformen; Interview und Bericht von und mit Andrea Ramsell vom Deutschen Hebammenverband, Katharina Desery vom Elternverband Mother Hood e.V., Betroffene Mütter, Gynäkologe Dr. Wolf Lütje und Politikwissenschaftlerin Dr. Tina Jung
Teardrops	Folge 22 17.11.2024	Trauerbegleitung und Psychische Krisen in der Schwangerschaft und nach der Geburt	01:43	Interview mit Dipl. Psychologin und Hebamme Dagmar Weimer : Was kann ich tun, damit es mir endlich besser geht? Wie erkenne ich, dass ich eine Depression habe? Warum trauert mein Partner so anders als ich? Sternenkinder; Kommunikation in schwierigen Lebenslagen; Selbsthilfegruppen und weitere Hilfsangebote

Muttergefühle	Folge 32 16.05.2024	Die selbstbestimmte Geburt	1:08	Katharina Fuß im Gespräch mit Lena Högemann (Autorin von „So wollte ich mein Kind nicht zur Welt bringen“) Ein kritischer Blick auf die klinische Geburtshilfe und Erzählung zu ihrem traumatischen Geburtserlebnis. Lena verbindet ihre eigene Geburtserfahrung mit den Berichten zahlreicher Betroffener und liefert wertvolle Tipps für alle Menschen, die eine Geburt vor oder hinter sich haben.
---------------	------------------------	----------------------------	------	---

Zum Thema „Postpartale Psychose“

Name	Podcastfolge	Name der Folge	Dauer (h)	Zusammengefasst
Mamafürsorge Podcast	Folge 02	Seelische Krisen rund um die Geburt	00:32	Interview mit Sabine Surholt (1. Vereinsvorsitzende Schatten & Licht e.V.) Warum gibt es den Verein? Überblick Wie hilft Schatten & Licht den betroffenen Frauen & Angehörigen? Was sind peripartale psychische Erkrankungen? Welche Krankheitsbilder gibt es? Was hat Corona geändert? Wie ist die Prognose?
Hallo Gesundheit	Folge 02	Wege aus einer postpartalen Depression (&Psychose)	00:29	Interview mit Yvonne Suter. Sie hatte eine WB-Psychose & 2 Schwangerschafts-Depressionen erlebt & ist im Vorstand vom Verein postpartale Depression Schweiz. Definitionen. Symptome. Mögliche Ursachen. Mutter-Kind-Klinik Einblicke. Gefühle zu Antidepressiva. Gefühle gegenüber ihren Kindern. Was hat am meisten geholfen in der Zeit? Was eher nicht? Wie ging es beim ersten Kind & was hat sie für das zweite Kind vorbereitet?
Tru Doku auf Youtube	Youtube	Psychose nach der Geburt - Christina (27) kämpft mit Wahnvorstellungen TRU DOKU	00:15	Interview mit Christina (27) Hebamme. Sie erzählt vom Wunschkind, unkomplizierter Schwangerschaft. Sie hatte sich gut auf das Wochenbett vorbereitet. 4 Wochen nach der Geburt kamen Sorgen auf um die Mama. Das Baby wurde unruhig, sie konnte kaum schlafen. Sie beschreibt die ersten Symptome. Auch ihr Mann & ihre Eltern berichten aus ihrer Sicht. Sie erzählt über die Zeit in der geschlossenen Abteilung. Über die Heimkehr, die Heilung & Herausforderungen. Sie spricht über Scham, Schuld & Vorwürfe.

Zum Thema „Muttertät“

Mamafürsorge Podcast	Staffel 2 Folge 12	Wer, wie, was ist Muttertät? 20.03.2023	00:38	Begriffserklärung Muttertät – wie fühlt sich Muttersein an - „Anderen geht es ebenso!“
Dm Glückskind Geburtskanal	Folge 16	Wie bereite ich mich auf das Wochenbett vor? 27.09.2023	00:11	Die Hebammen von „Hallohebamme“ berichten über die richtige Vorbereitung und Planung auf die Zeit nach der Geburt
Die friedliche Geburt	Folge 197	Muttertät – Warum fühlt sich Mamawerden so seltsam an?	01:03	Begriffserklärung Muttertät – Interview von Hebamme Kristin Graf mit Natalia (von „Schwesterherzendoula“). Was bedeutet diese besondere Zeit des Mutterwerdens, was erwartet dich hier und wie kannst du mit all den Veränderungen gut umgehen?
Muttergefühle – Der Talk über Tabus in der Schwangerschaft	Folge 21	Muttertät – Plötzlich alles anders?	01:01	Interview von Katharina Fuß mit den Buchautorinnen Svenja Krämer und Hanna Meyer zu ihrem Buch: Muttertät – wenn sich plötzlich alles anders anfühlt (mvg Verlag 2023)
Herz an Kopf	Folge 21	Das Wochenbett - Herausforderung, Transformation und Muttertät 08.07.2024	00:55	Katrin Förster im Gespräch mit Verena (von „Wochenbettgeflüster“) Verena stellt im Interview ihre Vision von einem würdevollen Wochenbett vor und erklärt ihr Ziel ein deutschlandweites Netz von Wochenbett-UnterstützerInnen zu knüpfen. Außerdem erläutert sie den Begriff „Muttertät“
Die friedliche Geburt	Folge 96 22.09.2019	Geburtsbericht Nora Imlau	0:34	Kristin Graf im Gespräch mit Journalistin (Magazin „Eltern“) und Autorin Nora Imlau („Bindung ohne Burnout“, „Babybauchzeit“) Nora Imlau berichtet über ihre 4. (selbstbestimmte) Geburt.

Zum Thema „Wie geht es dem Vater“

Muttergefühle – Der Talk über Tabus in der Schwanger- schaft	Folge 25	Muttergefühle meets Vatertalk Von Katharina Fuß	01:03	Interview von Katharina Fuß mit den Vätern Fabi und Björn, die über ihre Erfahrungen, Ängste und Herausforderungen nach und vor der Geburt ihrer Kinder berichten.
Muttergefühle – Der Talk über Tabus in der Schwanger- schaft	Folge 16	Wochenbett- depression beim Mann Von Katharina Fuß	00:41	Ein Vater berichtet über seine postnatale Depression Interview von Katharina Fuß mit dem betroffenen Vater Bert
Babelli	Folge 105	Väter im Wochenbett	00:25	Interview mit einem Elternpaar. Wie geht es dem Vater im Wochenbett? Welche Aufgaben könnte er übernehmen? Welche Ideen gibt es noch zur Gestaltung des Wochenbetts. Thema Wochenbettdepression bei Vätern.