

Det er ikke altid lykken at være gravid eller børnefamilie

Hvis du i din graviditet oplever

At graviditeten føles uoverskuelig og du bliver tiltagende trist, træt, stresset el. ensom og glæden ved dit barn i maven udebliver.

At du har meget fysisk ubehag så som voldsom kvalme m.m.

At du har svært ved at tale med din partner om barnet og om forventninger til at skulle være forældre sammen.

At du tidligere har oplevet en dårlig graviditet / fødsel, som tager din energi og glæde ved denne graviditet.

At din partners glæde ved det at skulle være far udebliver, og han i stedet føler sig tiltagende trist, stresset eller vred.

Hvis du som forælder oplever

At dit barn ofte er uroligt, græder meget og er vanskeligt at trøste og få til at sove.

At det er vanskeligt at se, hvornår dit barn er sulten, eller se hvornår det har fået mad nok.

At dit barn er ved at udvikle kolik.

At du føler dig tiltagende trist, træt, og glæden ved det at være blevet forælder udebliver.

At du er angst for at miste dit barn eller være alene med det.

At du konstant er på overarbejde og føler dig stresset.

At du og din partner skændes meget.