

# Evaluation zur Wochenbett-Krisenhilfe 2015

Stand: 16.12.2015

( 33 Teilnehmerinnen)

trifft zu = 1    trifft überhaupt nicht zu = 6

Keine Angabe	1	2	3	4	5	6	insgesamt
<b>1. Ich habe mich von der Beraterin verstanden und angenommen gefühlt.</b>							
	6	2					8
<b>2. Die Beratung hat mir emotionale Entlastung verschafft.</b>							
	7	1					8
<b>3. Das Vorgehen und das Engagement der Beraterin haben mir Mut gemacht.</b>							
	7	1					8
<b>4. In der Beratung gegebene Infos waren hilfreich.</b>							
	5	3					8
<b>5. Der zeitliche Umfang war angemessen.</b>							
	8						8
<b>6. Ich war froh, dass die Beraterin zu mir nach Hause kam.</b>							
	5					1	6
zu 6.)Keine Angaben2							
<b>7. Ich habe die Beraterin zusätzlich zu den Besuchen auch telefonisch kontaktiert.</b>							
	5					1	
zu 7.)Keine Angaben 2							
<b>8. Ich bin insgesamt mit der Beratung zufrieden.</b>							
	7	1					8

**9. Ich würde die Beratung weiterempfehlen.**

weiterempfehlen: 7  
nicht weiterempfehlen:  
keine Angabe 1

**10. Ich habe Interesse an einem Gesprächsgruppenangebot mit anderen Betroffenen.**

1 | 1 | 1 | 3 | 6  
zu 10.)keine Angaben 2

**11. Folgender Wochentag und folgende Uhrzeit für das Gesprächsgruppenangebot sind optimal:**

Keine Angaben: 5  
flexibel:  
vormittags: 3  
Mo-Fr, abends:

**12. Folgende Anregungen habe ich für mich gefunden:**

Keine Angaben:

schnelle Hilfe wenn nötig bei Wochenbett-Depression 1  
Gelassenheit 1  
aufschreiben und zulassen 1  
Dinge anzunehmen wie sie kommen und dass vieles auch normal ist (Stimmungsschwankungen) und nicht sofort Katastrophe bedeutet 1  
Positives Denken, To-Do-Liste 1  
Reden und Offenheit hilft seelischen Schmerz zu überwinden 1  
Positives Denken, Gedankenspirale stoppen 1  
alles entspannter sehen und locker in den Tag starten 1

**13. Folgende Beschwerden sind besser geworden:**

Keine Angaben: 1

weniger Angst vor Wochenbett-Depression	1	
Hände waschen	1	
Umgang mit depressiven Symptomen (Perfektionismus)		1
Grübelneigungen	1	
Angstzustände, Trauma, Flashbacks, Mutter-Kind-Beziehung, Schlaflosigkeit, Unzufriedenheit		1
weniger Panikattacken	1	
bessere Stimmung, nicht mehr so angespannt und ängstlich		1

#### 14. Ich habe die WKH ist Anspruch genommen, weil:

Keine Angaben:

ich Angst davor habe, in eine Wochenbett-Depression zu fallen		1
Waschzwang	1	
ungeplanter Kaiserschnitt unter Vollnarkose		1
bereits vor der Schwangerschaft Depressionen hatte und Angst hatte das es wieder kommt		1
es mir nicht so gut ging	1	
Geburtstrauma	1	
Panikattacken aufkamen, 4 Wochen nach der Entbindung		1
ich überfordert war	1	

#### 15. Ich habe folgende Anmerkungen / Verbesserungsvorschläge:

keine Angaben: 5

alles prima, sehr gute Tipps und Informationen zur Mutterhilfe bekommen		1
das Buch + fand ich gut	1	
rundum zufrieden	1	

#### 16. Ich bin auf die Wochenbett-Krisenhilfe aufmerksam geworden durch:

keine Angaben:

durch meine Hebamme:		6
SKF	1	
Bekannte	1	