

INDHOLD

	Forord	5
1	Indledning	9
2	Fakta om fødselsdepression	13
3	Symptomer på fødselsdepression	17
	Definition	17
	Spørgeskema	19
	Symptomer	21
	Diagnose	27
	Hyppigheden af depression efter fødsel	29
	Hvor længe varer en fødselsdepression?	30
	Kommer fødselsdepressionen igen?	31
4	Andre fødselsreaktioner	33
	Tudeturen	33
	Fødselspsykose	33
	Sorg over at miste	34
	Et sygt eller handikappet barn	36
	Umodne kvinder	37
	Kvinder med personlighedsforstyrrelse	38
	PTSD	38
	Angst	39
5	Årsager til fødselsdepression	41
	Sårbarhed-stress-modellen	41
	Personlighed	44
	Familie og opvækst	46
	Biologiske og hormonelle forhold	56
	At blive mor og få et barn	59
	Faktorer ved graviditet og fødsel	62
	Belastende forhold	63
6	Psykkiske mekanismer bag fødselsdepression	71
	Moderskabskonstellationen	71
	Engagement og tilknytningsmønstre under graviditeten	76
	Barnets selvudvikling	81

	Det ægte Selv	85
	Det falske Selv	86
	Moderskabskonstellationen og det usikre eller falske Selv	90
7	Når fødselsdepressionen bryder ud	93
	Kvindens psykiske forsvar	97
	En dobbelt smerte	100
8	Forholdet mellem mor og barn	103
9	Mandens reaktioner	113
10	Støtte og psykologisk behandling	117
	Psykodynamisk og kognitiv teori og behandling	117
	Behandlingen	118
	Behandlingskontakten	119
	Den individuelle behandlings faser	120
	Første fase: At skabe ro og lettelse	120
	Anden fase: Aktuelle problemer	124
	Tredje fase: Dybere bearbejdning og terapi	130
	At inddrage barnet i behandlingen	135
	Partneren og parsamtaler	136
	Gruppebehandling	137
	Behandlerne	137
11	Medicinsk behandling	139
	Under graviditeten	139
	Efter fødslen	146
12	Ambulant behandling og indlæggelse	153
13	Mænds fødselsdepressioner	157
	Forskelle på mænds og kvinders fødselsdepressioner	159
	Årsager	160
	Gotlandsskalaen	160
	Behandling	163
14	Gode råd	165
	Litteratur	170
	Bogens forfattere	174