

NFP-Newsletter

Arbeitsgruppe NFP

Ausgabe 02 / Februar 2009

www.nfp-online.de

Editorial

Die Beobachtung der mit der Fruchtbarkeit zusammenhängenden Signale und das Verständnis für die Vorgänge im eigenen Körper sind für jede Frau ein ungeheurer Gewinn. Nicht nur, weil sie sich - gemeinsam mit ihrem Partner - natürlich, selbst bestimmt und professionell um ihre Familienplanung kümmern kann, nicht nur, weil sie kompetente Gesprächspartnerin für ihre/n GynäkologenIn auf Augenhöhe ist, nein, sondern auch, weil sie zu den privilegierten Frauen gehört, die von dieser Möglichkeit erfahren haben und sicher anwenden können.

Zu den eindeutigen Signalen gehört nach dem symptothermalen Verständnis unabdingbar die Temperatur. Das setzt die NFP auch deutlich von überkommenen Methoden wie Knaus-Ogino und den Einzeichnermethoden wie die alleinige Zervixschleim-Methode nach Billings ab.

Nachdem es in den letzten Jahrzehnten erfolgreich gelungen ist, die Zuverlässigkeit der symptothermalen Vorgehensweise wissenschaftlich nachzuweisen, kommt nun durch die Hintertür eine Methode auf den angloamerikanischen Markt, die à la longue wieder zu einer Debatte über die Sicherheit natürlicher Methoden führen wird. Es geht um die so genannte Two-Day-Method. (Die Two-Day-Method geht davon aus, dass eine Frau, die heute und gestern keinen Zervixschleim beobachtet hat, unfruchtbar ist (www.irh.org/RTP-TDM.htm).)

Es wird einiges an Anstrengung kosten, um sich hier mit der NFP deutlich abzugrenzen.

Ihre Arbeitsgruppe NFP

Frühling läßt sein blaues Band

Frühling läßt sein blaues Band
 Wieder flattern durch die Lüfte
 Süße, wohlbekannte Düfte
 Streifen ahnungsvoll das Land
 Veilchen träumen schon,
 Wollen balde kommen
 Horch, von fern ein leiser
 Harfenton!
 Frühling, ja du bist's!
 Dich hab ich vernommen!

Eduard Mörike

Inhalt

- Editorial
- News
- NFP International
- Rund um die NFP Beratung
- Auf einen Blick
- Links
- Pädagogik
- Personalia
- Rätsel
- Impressum

News

NFP BeraterInnen Ausbildungskurs in Slowenien

Im März startet der erste NFP BeraterInnen Ausbildungskurs in Ljubljana. Die Kursleitung liegt bei Dr. Alenka Berkopec-Valena, Eva Feuerlein-Wiesner und Dr. Ursula Sottong. Der Leitfaden „Natürlich und sicher“ wurde von Dr. Berkopec-Valena ins slowenische übersetzt und ist schon seit einigen Jahren im Buchhandel erhältlich. Unterstützt wird der Ausbildungskurs von Renovabis, der „Solidaritätsaktion“ der deutschen

Katholiken mit den Menschen in Mittel- und Osteuropa“, die 1993 durch die Dt. Bischofskonferenz ins Leben gerufen wurde. <http://www.renovabis.de>



NFP International

Fertility Management Program (FMP)

EU-Projekt rund um die Lebens- und Familienplanung erfolgreich abgeschlossen.

Alle reden über die aktuellen demographischen Veränderungen, doch kaum einer bringt sie mit der eigenen Lebensentscheidung und Lebensplanung in Verbindung. Vielleicht, weil der Einstieg fehlt, vielleicht aber auch, weil es manchmal schwierig ist, über dieses Thema ins Gespräch zu kommen.

Vom 8. bis 12. Juni 2009 findet erneut ein FMP Kurs statt, in dem sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit eben diesen Fragen beschäftigen werden. Nach Wien und Barcelona ist nun Düsseldorf der ausgewählte Seminar-Ort.

Das FMP ist ein von der Europäischen Union (Grundtvig/Programm für lebens-

langes Lernen) gefördertes und von der Malteser Gesundheitsförderung und Prävention koordiniertes internationales Programm, das Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in einem fünftägigen Seminar für die Arbeit mit jungen Erwachsenen weiterbildet.

Zu den Inhalten der Weiterbildung gehören Themen wie Medizinische Grundlagen der Fortpflanzung, Sexualität und Fruchtbarkeit, Kinderwunsch, Vereinbarkeit von Familie und Erwerbsarbeit, Kommunikation in der Partnerschaft, Konfliktlösungsstrategien und Moderne Lehrmethoden. Zugangsvoraussetzung für die Teilnahme ist ein dreistündiger Online-Kurs, der zwei



Wochen vor Kursbeginn am eigenen PC bearbeitet werden kann. Kurssprache ist Englisch, so dass die Verbesserung der englischen Sprachkenntnisse ein angenehmer Nebeneffekt dieses Weiterbildungsangebots ist. Weitere Informationen zum Seminar finden sich unter www.gup-info.de oder www.fertilitymgt.de

Neuseeland

Die Natural Fertility NZ Inc. wurde 1974 mit dem Ziel gegründet, das Bewusstsein für Fruchtbarkeit in Neuseeland zu fördern und Informationen zur Natürlichen Familienplanung anzubieten.

Heute bieten die BeraterInnen der Natural Fertility NZ Inc. u.a. dreitägige Beratungskurse zur Natürlichen Fertilität für interessierte AnwenderInnen an und referieren an Schulen, in Kirchengemeinden und an anderen Orten über Reproduktive Gesundheit und Natürliche Familienplanung. Weitere Infos über Natural Fertility NZ Inc. finden sich unter www.naturalfertility.co.nz/index.php



Natural Family Planning in den USA

Die amerikanische Bischofskonferenz hält Informationen rund um die Natürliche Familienplanung auf dieser Website vor:

<http://www.usccb.org/prolife/issues/nfp/index.shtml>

Die Themen sind: Was ist Natural Family Planning? Wo finde ich einen Einführungskurs? Welche Standards liegen der Arbeit zugrunde? Auf der Website findet sich auch ein Archiv mit den Newslettern von 1997 bis heute. Der aktuelle Newsletter enthält eine Hall of Fame, in der die Pioniere der Arbeit vorgestellt werden.



Rund um die NFP Beratung

Dokumentation 25 Jahre NFP in Leipzig



Die Vorträge anlässlich der Jubiläumsfeier des NFP-Zentrums in Leipzig im November 2008 (vgl. letzter Newsletter) sind auf der Website www.nfp-zentrum-leipzig.de/ eingestellt. Dort sind auch die Jubiläumsschönheit, verschiedene Presseberichte und fotografische Eindrücke von den Feierlichkeiten zu finden.

Dokumentation FMP-Kongress Antwerpen



„Fertility awareness: The missing cornerstone“ so der Titel des Europäischen FMP Kongresses, der 2008 in Antwerpen stattfand. Themen wie die Effektivität von natürlichen Methoden, NFP und Kinderwunsch, Neue Technologien, sowie das Konzept des Fertility Management Programs, das in Kooperation mit sieben europäischen

Partnerorganisationen unter Federführung der Malteser Gesundheitsförderung und Prävention entwickelt wurde, standen auf der Tagesordnung.

Verschiedene Präsentationen können von der Website www.nfp.be/congres/default.asp?ild=JGJGD herunter geladen werden.

Viertägige NFP Ärztefortbildung in Heidelberg



Nähere Informationen zur Ärztefortbildung, die in Heidelberg am 09. und 10. Mai und 04. und 05. Juli 2009 stattfinden wird, sind in der Ausschreibung auf unserer Website unter www.nfp-online.de zu finden. Dazu gehören: Inhalte der Ausbildung, Zeitplan, Kosten und das Anmeldeformular als Download. Die Ärztefortbildung ist von der Ärztekammer

Baden-Württemberg zertifiziert. Für Ärztinnen und Ärzte, die an der medizinischen Leitung von NFP BeraterInnen Ausbildungskursen interessiert sind, ist die Teilnahme an dieser Fortbildung Voraussetzung für die Kursleitung.

NFP Imageflyer zum Download

Auf dem geschützten Teil der NFP Homepage www.nfp-online.de stehen den NFP BeraterInnen zwei Image-Flyer als Download zur Verfügung. Wer möchte, kann die Flyer auch in kleinerer Stückzahl direkt bei der Arbeitsgruppe NFP bestellen. Der Stückpreis liegt bei 18 Cent pro Flyer. Auf der Rückseite des Flyers befindet sich ein Feld zum Eindrucken von persönlichen Daten. Bestellungen bitte per Brief oder Email an die Arbeitsgruppe NFP. (nfp@malteser.de)



Rollup für Info-Veranstaltungen

Für NFP Berater und BeraterInnen, die die NFP bei Veranstaltungen vorstellen wollen, besteht die Möglichkeit, ein Roll Up auszuleihen. Das Ausleihen ist unentgeltlich, lediglich die Kosten für die versicherte Hin- und Rücksendung sind von dem/ der NFP BeraterIn zu tragen. Anfragen bitte rechtzeitig (ca. 10 Tage vor der Veranstaltung) an die Arbeitsgruppe NFP. (nfp@malteser.de)



NFP Literatur in Zahlen

Seit seinem Neu-Erscheinen im Dezember 2005 wurde der Leitfaden „Natürlich und sicher“ mehr als 20.000mal verkauft. Das vollständig überarbeitete Arbeitsheft, das im Oktober 2008 erschienen ist, wurde bis Februar 2009 bereits 1.200mal verkauft. Damit wurden in nur vier Monaten die Verkaufszahlen der alten Auflage des Arbeitshefts aus den Jahren 2007/ 2008 mehr als übertroffen.

Auf einen Blick

Zur Arbeitsgruppe NFP

Die Arbeitsgruppe NFP ist 1981 auf Beschluss der Herbstvollversammlung der Deutschen Bischofskonferenz (DBK) ins Leben gerufen worden. Ihr Auftrag: Informationen zur Natürlichen Familienplanung (NFP) zusammenzutragen und Perspektiven für diesen Bereich zu erarbeiten. 1981 bis 1983 konnten in einem Pilotprojekt, in dem u.a. NFP BeraterInnen in elf deutschen Städten und in Ostberlin ausgebildet worden sind, Erfahrungen in diesem Bereich gesammelt werden. 1984 bewilligte das damalige Bundesministerium für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit ein „Modellprojekt zur wissenschaftlichen Überprüfung und kontrollierten Vermittlung der natürlichen Methoden der Empfängnisregelung“. Dieses Modellprojekt wurde von der Arbeitsgruppe NFP unter dem Dach der Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung in Kooperation mit verschiedenen Fakultäten (Medizin, Pädagogik/Erwachsenendidaktik, Psychologie, Theologie) der Universitäten Düsseldorf, München, Freiburg, St. Georgen und Braunschweig durchgeführt.

In zwei Projektphasen wurden von Oktober 1984 bis März 1991 Kurse für die Ausbildung von NFP BeraterInnen eingerichtet, Basismaterialien zur Unterstützung der NFP Anwendung im Alltag verfasst, Materialien für verschiedene Zielgruppen sowie Fortbildungsangebote für ÄrztInnen, Hebammen und Krankenschwestern erstellt und unterschiedliche medizinische Fragestellungen bearbeitet. Das bekannteste Produkt aus diesen Jahren ist der Leitfaden „Natürlich und sicher“, der bereits in den Projektjahren über 180.000 mal in Deutschland verkauft wurde. Heute gilt der Leitfaden weltweit als eines der besten Standardwerke zur Anwendung der symptomthermalen Methode.

Nicht nur während der Projektjahre, sondern vor allem auch in den Jahren danach hat die Forschungsgruppe NFP, ursprünglich in Düsseldorf und heute in Heidelberg an die Universität angebunden, wissenschaftliche Ergebnisse in weit über 100 Artikeln und Beiträgen in nationalen und internationalen Zeitschriften und auf Kongressen publiziert und dadurch die NFP in Wissenschaft und Ärzteschaft etabliert. Die mit über 40.000 Zyklen bestückte Datenbank gilt als die weltweit größte.

Die Arbeitsgruppe NFP wurde nach Beendigung des Modellprojekts im Frühjahr 1991 an die Malteser in Köln angebunden. Seitdem hat die Arbeitsgruppe NFP sowohl die NFP BeraterInnen Ausbildung weiterentwickelt und fortgeführt als auch die Aktivitäten über das Worldwideweb verbreitet und die internationalen Kontakte intensiviert und ausgebaut.

Forschungsprojekt NFP

NFP Beraterinnen und Berater, die Interesse haben, selbst am Forschungsprojekt NFP am Universitätsklinikum Heidelberg teilzunehmen oder deren Klientinnen sich bereit erklären, ihre Zyklen zur Verfügung zu stellen, finden auf dem internen Teil der NFP Homepage www.nfp-online.de folgende Unterlagen als Download:

- Information für NFP BeraterInnen
- TeilnehmerInnen-Information
- Einverständniserklärung
- Fragebogen
- AusscheiderInnen-Fragebogen

Fehlerteufel im Arbeitsheft



Trotz umfangreicher Korrekturgänge hat sich im neuen Arbeitsheft der Druckfehler-teufel eingeschlichen: Auf Seite 82 und in der rückwärtigen Einschlagklappe des Buchdeckels ist die Minus-8-Regel unvollständig wiedergegeben. Der korrekte Wortlaut:

Minus-8-Regel: Sobald 12 auswertbare Temperaturkurven vorliegen, gilt die Minus-8-Regel. Der letzte unfruchtbare Tag am Zyklusbeginn ist der Tag der **frühesten** 1. höheren Messung aus mindestens 12 Temperaturzyklen „minus 8“.

Die Korrektur wird bei der nächsten Auflage berücksichtigt werden.

Allgemeine NFP BeraterInnen Fortbildung 2008/2009

Die Wiederholung des NFP Regelwerk, das Auswerten von typischen Zyklen und das Arbeiten an Originalzyklusverläufen stand auf der Agenda der Allgemeinen NFP BeraterInnen Fortbildung 2008/2009, die in Augsburg, Berlin, Köln, Regensburg und Stuttgart durchgeführt wurde. Insgesamt nutzten 105 BeraterInnen die Fortbildungsangebote.

Blick in die Presse

30. Juni 2008

„Andere sinnvoll beraten“

Ausbildungskurs zu Beratern in Natürlicher Familienplanung erfolgreich beendet



16 neue Berater und Beraterinnen für Natürliche Familienplanung (NFP) haben die Malteser der Diözese Speyer zusammen mit dem Erzbischof Freiburg im Heinrich Pesch Haus in Ludwigshafen ausgebildet. Am vergangenen Samstag erhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihr Abschlusszertifikat. Von November bis Juni haben sie sich vier Wochenenden lang mit dem Thema Natürliche Familienplanung auseinandergesetzt und ein halbjähriges Praktikum absolviert, bei dem sie mindestens drei Paare über NFP beraten haben.

Die neuen Beraterinnen und Berater kommen hauptsächlich aus medizinischen Berufsgruppen wie Geburtshelferinnen und aus dem Pädagogischen Bereich. Aber auch aus technischen Berufen waren Teilnehmer dabei, ebenso welche, die NFP schon lange selbst anwenden und an „andere“ künftig gerne von der gesunden und sicheren Methode künftig überzeugen wollen.

Das war auch die Motivation der Dozentin Dr. Petra Frank-Herrmann, Ärztin an der Universitätsfrauenklinik Heidelberg.

Durch die Ausbildung werden die Teilnehmer befähigt, interessierte Frauen und Paare so in die Natürliche Familienplanung einzuführen, dass sie diese sicher und selbständig anwenden können.

Dipl.-Päd. und Dozentin Petra Klann-Heinen betont, dass NFP für viele Paare eine gute Sache sei, aber leider noch viel zu wenige davon gehört hätten.

Quelle: http://mhd.malteser.de/mhd/speyer/01.Aktuelles/Berichte_Aktuelles/0730_NFP.asp

Links:



<http://www.lernundenter.com/links/lernen/lernen.htm>

Ausgehend von der Projektidee, Innovationspool und Kreativität in der vernetzenden Arbeit zu Verfügung zu stellen, ist die Linksammlung *lernundenter* entstanden. Sie stellt, so die Redaktion, immer einen Moment der Arbeit der an dieser Website Beteiligten dar. Das Netz lebt von der Aktualisierung, den Favoriten und vor allem von der Qualitätsüberprüfung der vorhandenen Informationen im Netz. Die Links sollen die professionelle Arbeit im Gesundheitsbereich unterstützen, der Vorbereitung pädagogischer Arbeit und als Ausgangspunkt für die erweiterte Suche nach aktuellen und wichtigen Informationen dienen.



www.sandfantasy.com

Eine Website, die die Phantasie anregt, ist die der weltweit bekannten Sandkünstlerin Ilana Yahav. Sie benötigt für ihre Arbeiten lediglich ihre Finger, eine Glasplatte und Sand. Auf der Website finden sich auch Videos, die die Künstlerin bei der Arbeit zeigen.

Pädagogik

Kim-Spiele

Kim-Spiele sind Spiele, die die Merkfähigkeit des Gedächtnisses oder die Feinabstimmung verschiedener Sinnesorgane fördern. Sie stehen für „Sinnliches Lernen“. Kim-Spiele sind altersunabhängig und können von 3- bis 99-jährigen gespielt werden.

Namensgeber ist die Romanfigur Kim, die als Kind irischer Eltern in Indien auf der Straße aufwächst. Kim wird mit 13 Jahren von einem Händler in die Lehre genommen. Dort trifft er auf einen jüngeren Hindu-Jungen, der ihm in allen Spielen im Bereich der Wahrnehmung trotz seines jüngeren Alters überlegen ist. Als Kim den jüngeren Jungen fragt, wie das sein kann, dass er schlechter ist, antwortet ihm der Hindu Junge, dass man diese Spiele solange macht, bis man es gut macht. Kim muss also lernen, alle Sinne einzusetzen.

Sehen

Auf einem Tisch liegen mehrere Gegenstände. Beispielsweise ein Stein, eine Schnur, eine Schere, ein Ball, ein Foto. Alle Mitspieler haben Zeit, sich die Gegenstände anzuschauen und einzuprägen. Nachdem sich alle die Gegenstände eingepägt haben, wird ein Tuch über die Gegenstände gelegt. Wer kann nun alle Gegenstände aufzählen? Und in welcher Anordnung liegen sie unter dem Tuch. Je nach Schwierigkeitsgrad kann die Anzahl der Gegenstände variiert werden.

Riechen

Verschiedene Dinge, zum Beispiel ein halbierter Apfel, eine Flasche Essig, Schokolade, Senf sind vorbereitet und versteckt unter einem Tuch oder in einem Korb. Den TeilnehmerInnen werden die Augen verbunden. Nun wird ihnen beispielsweise der Apfel unter die Nase gehalten und sie müssen erraten, was sie gerade riechen.

Schmecken

Ähnlich wie beim Riech-Kim sollen nun die Teilnehmer mit verbundenen Augen erschmecken, in was er gerade beißt.

Sehen

Das Seh-Kim bietet sich in größeren Gruppen an. Aus der Gruppe soll sich eine Person alle anderen genau anschauen. Danach wird sie vor die Tür geschickt. Alle im Raum gebliebenen können nun etwas verändern: Brille oder Schuhe tauschen, den Sitzplatz wechseln, eine Weste ausziehen etc. Danach wird er/sie wieder reingeholt und soll feststellen, was sich verändert hat.

Tasten

Verschiedene Gegenstände liegen unter einem Tuch und müssen ertastet und erraten werden. Ist das ein Stift? Oder vielleicht doch nur ein Stock?



Personalia

Wechsel in Wien

Hanna Petko, langjährige Mitarbeiterin und Ansprechpartnerin für NFP am Institut für Ehe und Familie (IEF) in Wien, ist im Herbst letzten Jahres in den Ruhestand gegangen. Nachfolgerin und Ansprechpartnerin für alle Belange der Natürlichen Familienplanung ist Silvia Zamecnik. Ihre Daten:

Institut für Ehe und Familie Fachbereich NFP

Spiegelgasse 3/8,
A - 1010 Wien Austria
Phone: +43/1/515 52-3653
Phone2:+43/1/513 89 58
Internet: <http://www.ief.at>
E-Mail: office@ief.at
Kontakt: Silvia Zamecnik

Die Prüfung zur NFP BeraterIn haben bestanden:

Manuela Kallenowski, Töging am Inn
Fabian Dotzauer, München
Katharina Bücherl, München
Mareike Wellner, Essen
Anke Lüdde, Herrenberg

Rätsel

Gewusst wie: Strategie pur!

Kennen Sie das Haus vom Nikolaus?

Zeichnen Sie 4 Linien derart ein, dass jeder der Punkte auf einer der Linien liegt und alle Punkte miteinander verbunden sind.



Impressum

MW Malteser Werke gemeinnützige GmbH
Arbeitsgruppe NFP
Kalker Hauptstr. 22-24
51103 Köln
Tel.: 0221-9822591
Fax: 0221-9822589
E-Mail: nfp@malteser.de
www.nfp-online.de

Redaktion:

Dr. med. Ursula Sottong MPH
Dipl. Soz. Päd. Annegret Braun
Regina Jäger

Verantwortlich:

Sebastian Schilgen, Geschäftsführer MW
Malteser Werke gemeinnützige GmbH
Dr. Ursula Sottong, Leitung Arbeitsgruppe NFP

Kooperationspartner:

Forschungsgruppe NFP
an der Universitätsklinik Heidelberg
www.sektion-natuerliche-fertilitaet.de

Satz und Layout:

ahrensmedia, Bad Honnef
www.ahrensmedia.com

Bilder:

Arbeitsgruppe NFP; istockphoto.com; NFP-
Zentrum Leipzig

Screenshots:

www.renovabis.de
www.fertilitymgmt.de
www.naturalfertility.co.nz
www.usccb.org
www.nfp.be
www.lernundenter.com
www.sandfantasy.com