

Wer sind wir?

Nikola Schmidtke-Pho Duc

Analytische Eltern-Kleinkind-
Psychotherapeutin mit spezieller
Ausbildung in Säuglings-Kleinkind-
Eltern-Psychotherapie (SKEPT)
Gruppenpsychotherapie
(tiefenpsychologisch)

Dr. med. Udo Schmiechen

Facharzt für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie,
Facharzt für Allgemeinmedizin-
Sportmedizin
Tiefenpsychologisch fundierte
Einzel- und Gruppentherapie
Autogenes Training und Hypnose
(Dozent DGäEHAT)

Veranstaltungsort

LFI: Lehr- und Forschungsinstitut München



Deutsche Akademie für
Psychoanalyse (DAP) e.V.

Münchner Lehr- und Forschungsinstitut

Goethestraße 54
Hochparterre
80336 München
Telefon 089 4 4 3 7 5 0 7 8

Das LFI befindet sich im
Zentrum Münchens, zu
erreichen mit:

- Allen S-Bahnen (Hauptbahnhof)
- U1, U2, U4, U5, U7
(Hauptbahnhof oder Sendlinger Tor)
- U3, U6
(Sendlinger Tor oder Goetheplatz)
- Bus 58 (Beethovenplatz)

Raus aus der Postpartalen Krise!

Wenn sich die ersten 3 Jahre eher
mühsam als schön anfühlen....

**Eine Psychotherapeutin und
ein Psychotherapeut leiten eine
Gruppe für Mütter mit Babys,
um gemeinsam den Weg aus der
Krise zu finden**

... leiden Sie unter:

- übermäßiger Traurigkeit
- Schuldgefühlen
- Ängsten
- Überforderungsgefühl
- Negativen Gedanken ihrem Kind gegenüber
- Verlassenheitsgefühlen
- Heftiges Ringen um eine gute Partnerschaft
- Fremdheitserleben
- Einsamkeit
- Vegetative Übererregung, wie z.B. Schlafprobleme
- Unsicherheit im Umgang mit dem Kind
- Regulationsprobleme des Babys, wie Schlaf-, Schrei- und Fütterproblematik

Dann richtet sich unsere Gruppe an Sie!

Darum geht es:

Die ersten Lebensjahre sind entscheidend für die Entwicklung eines Kindes, für den Aufbau einer sicheren Bindung zwischen Mutter, Vater und Kind.

Sie sind aber auch schwierig für die Eltern, die sich erst an die Rolle gewöhnen müssen, einem hilflosen Baby rund um die Uhr zur Verfügung zu stehen.

Sie dürfen die Paarbeziehung nicht aus dem Auge verlieren und oft ist es für den Elternteil, der mit dem Kind zu Hause ist auch eine große Lebensumstellung, die nicht selten mit Einsamkeitsgefühlen einhergeht.

Zusätzlich reaktiviert die Geburt eines Kindes auch immer unsere eigenen Kindheitserfahrungen und kann frühe, verdrängte und längst überwunden geglaubte Gefühle und Ängste ans Licht bringen.

Somit ist dies eine psychotherapeutische Gesprächsgruppe für Mütter mit ihren Kindern, um gemeinsam den Übergang in die Elternschaft mit all ihren „Hindernissen“ zu meistern.

Information und Anmeldung:

Unter der Telefonnummer 089 44375078 (Frau Schmidtke) können Sie einen Ersttermin vereinbaren zu einem persönlichen Gespräch und sich ausführlich informieren.

Kosten:

Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.

Weitere Informationen:

Die Gruppe findet einmal wöchentlich statt am Vormittag für die Dauer von 100 Minuten.

Wir freuen uns auf Sie!