

Für wen ist die Gruppe gedacht?

Das Angebot richtet sich an Schwangere und Mütter, die gemeinsam in der Gruppe den Blick auf eigene Belastungen und Möglichkeiten der Selbstfürsorge richten möchten. Neben der Förderung der psychischen Gesundheit ist das Ziel auch die Unterstützung einer stabilen Mutter-Kind-Beziehung als optimale Basis der kindlichen Entwicklung.



Prof. Dr. **Corinna Reck** ist approbierte Psychologische Psychotherapeutin und Professorin für Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters & Beratungspsychologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Aus- und Weiterbildungen in Verhaltenstherapie, körperorientierter Psychotherapie, Video-Interventions-Therapie nach George Downing, Psychodrama, klientenzentrierter Kinderspieltherapie und Gruppenanalyse.

Impressum

Psychotherapeutische Hochschulambulanz der LMU München für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und (werdende) Eltern und Psychotherapeutische Institutsambulanz MUNIK

Leopoldstraße 44
80802 München
Tel.: 089 / 21 80 72 570
Fax: 089 / 21 80 72 517

E-Mail:
munik-ambulanz@psy.lmu.de

Homepage:
www.psy.lmu.de/kiju/kiju-hochschulambulanz/
www.psy.lmu.de/munik/



Gruppenangebot für Schwangere und Mütter

(von Kindern bis 3 Jahre)

Selbstfürsorge und Mutter-Kind-Bindung



Prof. Dr. **Corinna Reck**, München

Gruppenangebot für Schwangere und Mütter

In der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt ist nicht immer alles die pure Freude. Es können Ängste oder Symptome der Depression auftreten und Zweifel, der Aufgabe gewachsen zu sein. Auch sind Babys und Kleinkinder nicht immer nur „süß“: Manche weinen mehr und länger als andere oder es treten Probleme beim Ein- und Durchschlafen oder beim Füttern und später dem selbstständigen Essen auf. Die Autonomieentwicklung des Kindes kann von starken Wutanfällen begleitet werden, die bei Eltern das Gefühl von Hilflosigkeit auslösen können. Der Besuch einer KiTa ist manchmal mit Trennungsängsten auf allen Seiten verbunden. Alle diese Entwicklungsschritte geht das Kind mit Hilfe seiner wichtigsten Bezugspersonen und alles, was es lernt, lernt es in der Interaktion mit der Umgebung.

Wir betrachten gemeinsam wie sich Belastungen reduzieren und die Verbundenheit zum Kind vertiefen lassen. Die Geburt eines Kindes betrifft auch die eigene Identität und kann die Rollendefinitionen in einer Partnerschaft und die gelebte Sexualität beeinflussen.

Die Gruppe bietet für all diese Themen einen sicheren und unterstützenden Raum für den gegenseitigen Austausch.

Wann und wie lange findet die Gruppe statt?

Einmal wöchentlich und voraussichtlich vormittags, mit Start in der Woche ab dem 15. April 2024. Es sind 12 Termine à 90 Minuten geplant, mit acht bis zehn Teilnehmer:innen.

Wo findet die Gruppe statt?

In der **Psychotherapeutischen Hochschulambulanz für Babys, Kinder, Jugendliche und (werdende) Eltern** an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Adresse

Leopoldstr. 44, 80802 München

Welche Kosten kommen auf mich zu?

Die Teilnahme kostet 45.- Euro pro Termin zzgl. 45.- für ein klärendes Vorgespräch. Das Vorgespräch kann auch von der Krankenkasse übernommen werden.

Wie kann ich mich anmelden?

Bei Interesse nehmen Sie bitte per E-Mail Kontakt mit mir auf:

corinna.reck@psy.lmu.de

Ich melde mich dann bei Ihnen zur Terminabsprache für ein Vorgespräch.

Anfahrt:

Die **Hochschulambulanz** befindet sich in München-Schwabing und ist am besten mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen: **U-Bahn U3/U6**, Haltestelle *Giselastraße*, Ausgang D – Martiusstraße oder **Bus 154**, ebenfalls Haltestelle *Giselastraße*.

U3 U6 154

