

Psychotherapiegruppe für Frauen bei psychischen Belastungen nach Geburt und in der Säuglingszeit

Schwangerschaft und die erste Zeit mit Baby bringen viele Veränderungen mit sich – nicht nur körperlich, sondern auch emotional. Gefühle von Überforderung, Ängsten, Erschöpfung, Stimmungsschwankungen oder Selbstzweifeln sind dabei häufig.

In unserer psychotherapeutisch begleiteten Gruppe finden Sie einen geschützten Raum für Austausch, Verständnis und praktische Unterstützung. Gemeinsam erarbeiten wir Strategien zur Stressbewältigung, stärken Ihre Selbstfürsorge und reduzieren belastenden Perfektionsdruck.

- Ab Mai 2026 wöchentlich freitags um 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr
- Teilnahme nur mit Voranmeldung und Vorgespräch: info@mvz-abel.de
- Abrechnung über die gesetzliche Krankenkasse
- Kombination mit Einzelpsychotherapie ist praxisübergreifend möglich

Therapeutin: M. Sc. Psych. Olivia Fiorini Ripert

MZV Abel & Abel, Venloer Str. 53, 50672 Köln

