

MØDREGRUPPE

UDVIKLINGSGRUPPE FOR NYBAGTE MØDRE PÅ BARSEL



I denne udviklingsgruppe for mødre er der mulighed for at gå i dybden med relevante livstemaer. Her skabes et frirum med en fagperson som facilitator. Det er en terapeutisk udviklingsgruppe, hvor du får styrket dine indre ressourcer og kompetencer som mor. Efter fødslen gennemgår man store forandringer, fysisk og følelsesmæssigt. Formålet er at styrke din indre visdom og dit selvværd. Gennem gruppen skabes omsorg, støtte og erfaringsudveksling. Målet er at skabe en tryk gruppe, hvor du kan være dig, blive fortrolig med din sårbarhed og være autentisk. Her vil vi favne hele dig.

Vi kan fx berøre temaer som barnets udvikling, tilknytning, efterfødselsreaktioner, kropslige forandringer, den nye rolle som mor/forælder, seksualitet og emotionelle problemstillinger. Vi tager fat i det, der er brug for. Her brydes isolationen, og du har mulighed for at tale om de svære ting, som er forbundet med det at være mor, og de følelser der kan blive trigget i den nye rolle, fx i forhold til andre relationer i dit liv. Vi vil bla også komme ind på grænser, betydningen af nærvær og afstand, og hvordan du kan tage vare på dig selv i denne særlige tid.

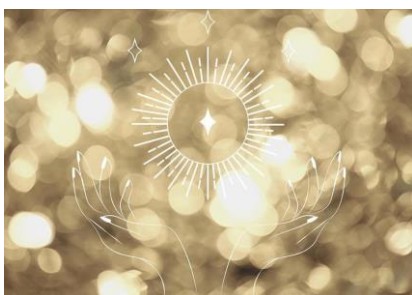
Forløb over 4 gange eller efter aftale

Varighed: 1,5 timer pr. gang

Pris: 600,- pr. gang (inkl. te/kaffe)

Tilmelding på mail eller SMS.

Oplys dit fulde navn, tlf.nr. og adresse.



PSYKOLOG SUSANNE HUYNH

Ræveholmsvej 57, 2690 Karlslunde |

Tlf.: 61770988 |

susanne@psykologsh.dk |

www.psykologsh.dk