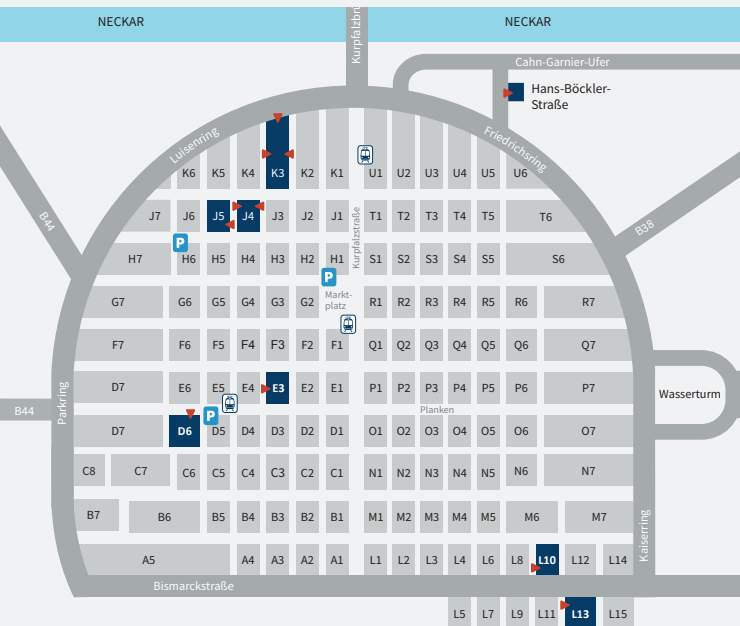


Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
 Klinik für Psychosomatik und
 Psychotherapeutische Medizin
 Hans-Böckler-Straße 3 · 68159 Mannheim
zi-mannheim.de

Leitung / Wissenschaftlicher Direktor
 Prof. Dr. med. Christian Schmahl

Stand 01/2024 · Titelfoto: fotolia.com / © drubig-photo // Innenseite: fotolia.com / © Inna Vlasova

Anfahrt mit den Straßenbahnlini 4, 5 und 7
 Haltestellen Collini-Center
 Parkmöglichkeiten
 Tiefgarage Collini-Center



Schloss / Universität



Borderline und Mutter sein

Gruppenangebot für Mütter mit Kinder bis zu sechs Jahren

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit



Liebe Mütter,

eventuell leiden Sie an starken Stimmungsschwankungen und haben Schwierigkeiten, mit intensiven Gefühlen und Gefühlsschwankungen umzugehen. Es kann sein, dass diese Schwierigkeiten sich auch in der Beziehung zu Ihrem Kind bemerkbar machen. Die ersten Jahre nach der Geburt sind oft durch eine Mischung aus starker Liebe sowie großer Angst und Überforderung geprägt. Für viele Mütter ist es nicht einfach, die Bedürfnisse ihres Kindes wahrzunehmen und auf sie einzugehen oder angemessene Grenzen zu setzen. Oft haben sie Schwierigkeiten, auf sich zu achten und eigene Bedürfnisse zu erkennen.

Um Sie in dieser Situation zu unterstützen, bieten wir das Gruppentraining *Borderline und Mutter sein* an.



Wer kann an der Gruppe teilnehmen?

Mütter, denen es schwer fällt, ihre Gefühle zu regulieren, und die dennoch eine positive und stabile Mutter-Kind-Beziehung aufbauen wollen.

Voraussetzung

Diagnostik in der Hochschulambulanz der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin (Terminvereinbarung siehe unten) und Vorgespräch mit den Gruppenleiterinnen. Hier werden jeweils die Voraussetzungen für eine Gruppenteilnahme überprüft und das Gruppenkonzept erläutert.

Unser Gruppenangebot

- 12 Sitzungen mit Theorie und Übungen
- Borderline-spezifische Schwierigkeiten
- Wissen und Strategien zur Erziehung
- Themen: kindliche Bedürfnisse, Stressbewältigung, Struktur, Konfliktlösung, Achtsamkeit und Selbstfürsorge, Grundannahmen in der Erziehung, Bedeutung des Körpers

Terminvereinbarung

Zentralambulanz

Telefon: 0621 1703-2850

E-Mail: zentralambulanz@zi-mannheim.de

Wir benötigen eine hausärztliche oder gynäkologische Überweisung sowie Ihre Versichertenkarte.