

# Sonja Schüssele

PSYCHOLOGISCHE BERATUNG



DARMSTADT



## Gruppe für Wöchnerinnen & Mütter im 1. Babyjahr

Diese Gruppe bietet einen ehrlichen, entlastenden und verbindenden Raum, um innezuhalten und wieder Kraft zu sammeln. Hier dürfen Sie sein, wie Sie sind, ohne Idealbilder, ohne Vergleiche.

### Das erwartet Sie in der Gruppe im 1. Babyjahr

- Umgang mit Erschöpfung, Reizbarkeit, Überforderung oder innerer Leere
- Raum für Themen wie Partnerschaft, Identität als Mutter, mentale Belastung
- Raum für die Verarbeitung einer schweren oder anders verlaufenen Geburt
- Platz für persönliche Krisen, die parallel zur Babyzeit auftreten können

## Kurstermine

### Freitags:

- 10:45–12:15 Uhr
- 6 Termine
- max. 8 Personen

**Ort:** Räume des Hebammenwerks Darmstadt (Otto-Hesse-Straße 19a, 64293 Darmstadt)

### Kurs W26-1:

2.10. | 9.10. | 16.10. | 23.10. | 30.10. | 6.11.2026

### Kurs W26-2:

13.11. | 20.11. | 27.11. | 4.12. | 11.12. | 18.12.2026

### Kontakt

[info@beratungdarmstadt.de](mailto:info@beratungdarmstadt.de)



[www.beratungdarmstadt.de](http://www.beratungdarmstadt.de)