Verantwortlich

Prof. Dr. Stephanie Krüger
Leiterin des Departments für seelische Gesundheit

Irina Efa
Psychologin, M. Sc.
Psychologische Psychotherapeutin in Verhaltenstherapie

Silke Hemmerle
Psychologin, M. Sc.
Psychologische Psychotherapeutin in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie

Unser Team

Dr. Lena Dentz
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
Psychoonkologin
EMDR-Therapeutin

Liivi Tonuri
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

Irina Efa
Psychologin, M. Sc.
Psychologische Psychotherapeutin in Verhaltenstherapie

Silke Hemmerle
Psychologin, M. Sc.
Psychologische Psychotherapeutin in tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie

Wie komme ich zum Vivantes Humboldt-Klinikum?
U8 Rathaus Reinickendorf, 15 Gehminuten entfernt
Bus 220 ab Rathaus Reinickendorf (Ausgang Finanzamt Reinickendorf) bis Humboldt-Klinikum
Bus 124 ab Alt-Tegel bis Gorkistraße/Am Nordgraben, 5 Gehminuten entfernt

Kostenpflichtige Parkplätze vor dem Klinikum sind vorhanden.

Vivantes Humboldt-Klinikum
Akademisches Lehrkrankenhaus der Charité – Universitätsmedizin Berlin
Am Nordgraben 2 | 13509 Berlin
www.vivantes.de/huk

Folgen Sie uns auf:

www.instagram.com/vivantesgmbh
www.facebook.com/vivantes
www.twitter.com/vivantes

2022-05-03 | Titelfoto: © Choat – stock.adobe.com

Vivantes
Humboldt-Klinikum

Zentrum für seelische Frauengesundheit

Lebenszyklen der Frau

Einladung zu einer Gruppe

Liebe Patientinnen,

Frauen müssen in unserer Gesellschaft vielen Rollen gerecht werden.
Das weibliche Selbstwertgefühl, die Beziehung zum eigenen Körper, die Sexualität, der weibliche Zyklus, aber auch der Lauf des Lebens mit all seinen Veränderungen, bergen Unsicherheiten, mögliche Hindernisse, aber auch viele Chancen. Darüber möchten wir mit Ihnen sprechen.

Unser Gruppenangebot setzt sich aus drei unterschiedlichen Themenblöcken zusammen, an denen Sie flexibel teilnehmen können. Die Themen sind:

- Beschwerden im Zusammenhang mit der Menstruation
- die psychische Belastung bei unerfülltem Kinderwunsch und besondere Herausforderungen der Mutterschaft bei einer bestehenden psychischen Erkrankung
- der Eintritt der Wechseljahre und daraus resultierende seelische Belastungen
- psychische Probleme bei gynäkologischen Erkrankungen

Unser Ziel ist es, Ihnen die Möglichkeit zu bieten, den besonderen Zusammenhang zwischen der Psyche und dem weiblichen Körper genauer kennenzulernen und einen Raum des Austauschs zu finden. Gemeinsam möchten wir Sie in der Stärkung Ihres weiblichen Selbstbildes unterstützen.

Wir laden Sie herzlich ein, an der Gruppe teilzunehmen!

Prof. Dr.
S. Krüger

Psych.
I. Efa, M. Sc.

Psych.
S. Hemmerle, M. Sc.

Wann und wo?
Donnerstags um 14:00 Uhr
Psychiatrische Tagesklinik des
Vivantes Humboldt-Klinikums im Raum 24 (EG)

Leitung
Psych. Irina Efa, M. Sc.
Psych. Silke Hemmerle, M. Sc.

Gruppengröße
Offene Gruppe, max. 7 Teilnehmerinnen

Dauer
Insg. 12 Termine, jeweils 50 Minuten

Kommen Kosten auf mich zu?
Die Voraussetzung ist, dass Sie zumindest für die Dauer der Gruppen bei uns in Behandlung sind. Dadurch entstehen keine Kosten für Sie.

Wie melde ich mich an?
Die Anmeldung erfolgt über das Zentrum für seelische Frauengesundheit bei Frau Schlenz.
Erfragen Sie gerne telefonisch die Termine der Themen, an denen Sie teilnehmen möchten.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Tel. 030 130 12 2464

Programm

1. **Was bedeutet es, Frau zu sein?**
2. **Meine Hormone und ich**
3. **Selbstbeobachtung: „Die Begegnung mit mir selbst“**
4. **Achtsame Selbstfürsorge**
5. **Unerfüllter Kinderwunsch/Fehlgeburt**
6. **Schwangerschaft bei psychischer Erkrankung**
7. **Postpartale Depressionen/Baby Blues**
8. **Abnahme der Fruchtbarkeit/weibliche Identität**
9. **Wechseljahre und die Auswirkungen auf den Körper und die Psyche**
10. **Die psychische Belastung bei Endometriose**
11. **Weibliche Krebserkrankungen**
12. **Krebs und Sexualität**