



Ein Projekt von Frauenwelten e.V.

# Das Unbewusste in mir



psychische Stabilisierung & mehr Lebensqualität

Somatic Experiencing · Biodanza · Meditation · Tiefenentspannung · Gesprächsrunden

Im Rahmen dieses Projekts liegt ein besonderer Fokus auf der Stabilisierung von Frauen nach Traumata.

Es werden Maßnahmen zur Förderung von Selbstwahrnehmung, Selbstorganisation und Selbstbewusstsein implementiert.



Zudem werden Bewältigungsstrategien für psychische Belastungen erlernt, Entwicklungsblockaden bei Kindern überwunden, die elterliche Kompetenz gestärkt und die Resonanzfähigkeit der Mütter gefördert.

**November 2023 - Juni 2024**

Schiersteinerstr. 21, 65187 Wiesbaden

Info: 01577 186 3993

[www.frauenwelten-wi.de](http://www.frauenwelten-wi.de)

**THERAPEUT/INNEN:**

Susanne May (Psychotherapeutin)  
Christa Holzinger (Somatic Experiencing & Biodanza)  
Zakia Roohani (Heilpraktikerin)



15 Wochen  
1x wöchentlich  
Abschluss: 3 Tagen/Nächte  
intensive  
Selbsterfahrungsseminare &

gefördert von: **WIESBADEN**  
Amt für Zuwanderung  
und Integration

Kooperationspartner:



Hochschule RheinMain

