



SELBSTHILFEZÜRICH

KONTAKTABBRUCH – VERLASSENE ELTERN

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR BETROFFENE

Eine Selbsthilfegruppe ist ein geschützter Rahmen, in dem Menschen zusammentreffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Hier besteht die Möglichkeit, offen über Gefühle und Gedanken zu sprechen. Der Austausch mit anderen Betroffenen ermöglicht neue Perspektiven, weist auf hilfreiche Strategien hin und zeigt auf, dass es verschiedene Wege gibt, um mit Herausforderungen und Belastungen umzugehen. Die gegenseitige Unterstützung und Ermutigung sind wichtige Bestandteile der Treffen. Durch das Teilen von Erfahrungen und das Zuhören in der Gruppe entsteht ein unterstützendes Netzwerk. Es ist ein Ort, an dem Verständnis und neue Zuversicht gefunden werden können.

Haben Sie den Kontakt zu Ihrem Kind verloren und wünschen Sie sich mehr Informationen über die Gruppe oder haben Interesse an einer Teilnahme? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe Zürich.



SELBSTHILFEZÜRICH

KONTAKTABBRUCH – VERLASSENE ELTERN

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR BETROFFENE

Eine Selbsthilfegruppe ist ein geschützter Rahmen, in dem Menschen zusammentreffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Hier besteht die Möglichkeit, offen über Gefühle und Gedanken zu sprechen. Der Austausch mit anderen Betroffenen ermöglicht neue Perspektiven, weist auf hilfreiche Strategien hin und zeigt auf, dass es verschiedene Wege gibt, um mit Herausforderungen und Belastungen umzugehen. Die gegenseitige Unterstützung und Ermutigung sind wichtige Bestandteile der Treffen. Durch das Teilen von Erfahrungen und das Zuhören in der Gruppe entsteht ein unterstützendes Netzwerk. Es ist ein Ort, an dem Verständnis und neue Zuversicht gefunden werden können.

Haben Sie den Kontakt zu Ihrem Kind verloren und wünschen Sie sich mehr Informationen über die Gruppe oder haben Interesse an einer Teilnahme? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe Zürich.