

Mitstreiter*innen für neue Selbsthilfegruppe gesucht

Das schwarze Schaf der Familie

Für die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe suche ich Menschen, die, so wie ich, durch Erfahrungen in der Herkunftsfamilie belastet sind, mit Eltern oder Geschwistern einen Konflikt austragen, oder gar den Kontakt zu ihnen abgebrochen haben. Menschen, die auch das Gefühl haben, nicht geliebt worden zu sein, oder nichts richtig gemacht haben zu können. Die sich wie das schwarze Schaf der Familie fühlen.



Foto von Boudewijn Huysmans auf Unsplash

Diese seelischen Verletzungen können im weiteren Leben wirken, zu Handlungsblockaden führen oder Gefühle der Minderwertigkeit hervorrufen, auch wenn wir heute erwachsen sind oder in großer Entfernung zur Familie leben. Das kann auch dann noch eine Rolle spielen, wenn die Eltern bereits verstorben sind.

Oft verwenden wir viel Energie darauf, zu verstehen, warum die Familie uns ausgrenzt, auch wenn wir versuchen, aus diesen Verstrickungen heraus und zurück in ein positives Lebensgefühl zu finden.

In der Selbsthilfegruppe wünsche ich mir, einfach mal erzählen zu dürfen, denn durch das Gespräch findet das Problem Raum. Indem wir gemeinsam in der Gruppe Verständnis füreinander aufbringen, lernen wir vielleicht loszulassen und Frieden mit der eigenen Kindheit und den Eltern zu finden.

Wenn du dich auch manchmal wie das schwarze Schaf der Familie erlebst und so wie ich den Wunsch hast, aus dem Familien-Karussell von Schuldzuweisungen und Ausgrenzungen auszusteigen, bist Du herzlich willkommen.

Die Treffen sollen jeden ersten Mittwoch im Monat von 20.00 – 21.30 Uhr als „Online-Gruppe“ stattfinden, zusätzlich zweimal im Jahr in Präsenz.

Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt
0 69.55 94 44
service@selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**