

# Soll das *Liebe* sein?

## Gesprächsgruppe für Frauen nach einer Trennung

An vier Abenden möchten wir Sie herzlich einladen, sich mit anderen Frauen in einer Gesprächsgruppe auszutauschen. Die Gruppe wird von einer Fachkraft unserer Psychologischen Beratungsstelle begleitet.

Angesprochen sind Frauen, die eine Partnerschaft hinter sich haben und folgende Gefühle, Gedanken oder Fragen noch in sich tragen:

- Kann ich meinen Wahrnehmungen noch trauen? Nehme ich immer wieder seine Perspektive ein, die so ganz anders ist als meine, und fühle mich dann verunsichert?
- Ist mit mir etwas als Partnerin nicht in Ordnung? Bin ich noch normal?
- Warum hatte ich innerhalb der Partnerschaft Angst? Manchmal weiß ich nicht wovor!
- Ich fühle mich häufig hilflos oder sogar ohnmächtig!
- Die gemeinsamen Kinder stecken in Loyalitätskonflikten. Ich will das nicht, weiß aber nicht, wie ich sie unterstützen kann.
- Ich habe kein Vertrauen mehr in meine Gefühle!
- Was ist richtig, was ist falsch? Habe ich mich selbst verloren?
- Mein Ex-Partner zieht die Kinder in die Konflikte hinein! Wie kann ich damit umgehen?
- Ich fühle mich isoliert, entwertet, schuldig, ohnmächtig.

Die Gruppe wird mit max. acht Teilnehmerinnen stattfinden. Falls Sie sich angesprochen fühlen und Interesse haben, vereinbaren Sie gerne ein Informationsgespräch.

Ort: Psychologische Beratungsstelle, Sozialwerk Norderstedt e.V., Ochsenzoller Str. 85, 22848 Norderstedt

Zeit: 4 x donnerstags von 16.00 bis 17.30 Uhr (1.2., 8.2., 15.2. und 22.2.2024)

Anmeldung für ein Informationsgespräch: [k.maiwald@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:k.maiwald@sozialwerk-norderstedt.de) oder telefonisch über das Sekretariat der Psychologischen Beratungsstelle.

Wir berechnen einen Unkostenbeitrag von 20€ für die vier Termine. Bitte überweisen Sie ihn zeitnah nach Anmeldung mit Angabe Ihres Namens und dem Verwendungszweck „Gruppe Liebe“ auf folgendes Konto: Sozialwerk Norderstedt e.V., Volksbank Raiffeisenbank eG, IBAN DE96 2019 0109 0081 7465 21