

## Für wen?



Für wen?

Für wen?

Wem bietet diese Gruppe Hilfe?

Häufig treten nach einer Trennung Selbstzweifel, quälende Vorwürfe oder Schuldgefühle auf. Die Menschen fühlen sich schwach, abhängig, wertlos. Diese überwältigenden Gefühle können sich selbstzerstörerisch nach innen richten. Reden, gehört werden, sich den Gefühle stellen und alte Denkmuster verlassen, markieren den Beginn für Veränderung und Verbesserung. In der Gruppe treffen Sie auf ähnliche Schicksale, entdecken Gemeinsamkeiten und erfahren Halt. Sie sind nicht allein.

Die Gemeinschaft hilft Ihnen, der Schwerkraft zu widerstehen, die Ihre Selbstachtung nach unten zieht. Sie gewinnen emotionale Stärke und Selbstsicherheit und können dadurch wieder positive Momente in Ihrem Leben entdecken.

Die Trennungsambulanz ist da für:

- alle, die von Trennung betroffen sind (egal, ob die Trennung bevorsteht, gerade kürzlich war oder schon eine Zeit zurückliegt)
- die/den Verlassene/n
- die/den Verlassende/n
- alle Menschen, egal mit welcher sexuellen Orientierung und Geschlechtsidentität
- alle, egal in welcher Beziehungsform (monogam, offen, polyamor) sie gelebt haben
- Eltern, die Unterstützung zum Thema "Umgang mit Kindern" benötigen, die durch die Trennung/Scheidung betroffen sind

**In der Gruppe bieten wir auch Inputs zu Themen, die bei Trennungen auftauchen**

- Schlaflosigkeit
- Scheidungsrecht
- Beziehungsdynamik
- neue Partnersuche
- Kinder in Trennungssituationen
- Selbstwert

## Facebook

Besuchen Sie uns auf [Facebook](#) [1]. Dort posten wir Links und Artikel zum Thema Trennung und Liebeskummer. Außerdem können Sie sich mit anderen vernetzen.

**Source URL:** <https://trennungsambulanz.at/c/f%C3%BCr-wen>

### Links

[1] <https://www.facebook.com/Trennungsambulanz>