

Selbsthilfocgruppe für Erwachsene, die den 2. Weltkrieg direkt oder indirekt in sich tragen

Die Kriegskinder

verharren oft lebenslang in einer emotionalen Sprachlosigkeit
und haben diese weitervererbt.

Die Kinder der Kriegskinder

leiden oft unter den gleichen Verlust- oder Mangelerfahrungen,
ohne dass sie den Krieg selbst erlebt haben.

Die Kriegsenkel

beklagen die emotionale Unerreichbarkeit ihrer Eltern und die „ererbte“ Unfähigkeit,
Gefühle wahrnehmen und mitteilen zu können.

Fühlen Sie sich auch öfters wie ferngesteuert, seltsam leer, grundlos
traurig? Unruhig? Getrieben? Nervös? Die Liste lässt sich endlos
weiterführen.

Dabei läuft doch eigentlich alles ganz rund: Sie haben liebe Freunde,
eine bezaubernde Frau, einen tollen Mann, eine gute Arbeit und viele
Möglichkeiten.

Und doch fehlt was. Da sind ständig Selbstzweifel und das Gefühl,
nirgendwo zuhause zu sein oder mal richtig dazu zu gehören. Oder
Schlafstörungen und schlechte Träume. Eine seltsame Schwere. Das
Gefühl, nicht von der Stelle zu kommen.

In unserer kleinen Selbsthilfocgruppe möchten wir in einem
geschützten Rahmen sprechen und zuhören und zur Ruhe kommen.

Fühlen Sie sich angesprochen? Haben Sie Fragen? Bitte zögern Sie
nicht, sich beim Selbsthilfocenter zu melden.