

Verlustangst und Eifersucht



©Tomsickova-
AdobeStock

Kennst Du das? Du bist so fixiert auf deinen Partner, deine Partnerin, dass du vergisst, dein eigenes Leben zu leben?
Ihre Hobbies, Beziehungen und Social-Media-Kontakte sind eine Gefahr für dich?
Du kommst mit ihren/seinen vergangenen Liebschaften nicht klar?
Du kontrollierst, hinterfragst und grübelst?
Eine Trennung ist für dich sozusagen der Tod und du denkst an Suizid?

Wer Verlustangst und Eifersucht kennt, weiss, dass es auch an Selbstwert fehlt.

Lass uns in einer Selbsthilfegruppe zusammen regelmässig über Strategien austauschen, um aus dieser Spirale heraus- und zu mehr Gelassenheit in der Beziehung zu finden. Frauen wie Männer sind willkommen.

Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern
Bollwerk 41 | 3011 Bern
0848 33 99 00 | info@selbsthilfe-be.ch

Verlustangst und Eifersucht



©Tomsickova-
AdobeStock

Kennst Du das? Du bist so fixiert auf deinen Partner, deine Partnerin, dass du vergisst, dein eigenes Leben zu leben?
Ihre Hobbies, Beziehungen und Social-Media-Kontakte sind eine Gefahr für dich?
Du kommst mit ihren/seinen vergangenen Liebschaften nicht klar?
Du kontrollierst, hinterfragst und grübelst?
Eine Trennung ist für dich sozusagen der Tod und du denkst an Suizid?

Wer Verlustangst und Eifersucht kennt, weiss, dass es auch an Selbstwert fehlt.

Lass uns in einer Selbsthilfegruppe zusammen regelmässig über Strategien austauschen, um aus dieser Spirale heraus- und zu mehr Gelassenheit in der Beziehung zu finden. Frauen wie Männer sind willkommen.

Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern
Bollwerk 41 | 3011 Bern
0848 33 99 00 | info@selbsthilfe-be.ch