



Mit Narzissmus leben als (Ex)-Partner:in

Gründung einer Selbsthilfegruppe in Langenthal



Von Menschen mit narzisstischen Tendenzen wird gesagt, sie hätten zwei Seiten: Gegen aussen wirken sie charmant und zuvorkommend, doch nach einiger Zeit erleben die Partner:innen eine ganz andere Seite. Was sie auch tun, es scheint den narzisstischen Menschen nie zu genügen. Sie fühlen sich abgewertet, vermissen Mitgefühl und einen Austausch auf Augenhöhe. Oft entstehen dadurch Gefühle der Ohnmacht und des Selbstzweifels. Die Selbsthilfegruppe soll Gelegenheit bieten, sich mit anderen Betroffenen in einem vertrauten Rahmen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Mögliche Themen können sein:

- Kinderbetreuung trotz schwieriger Beziehung
- Umgang mit psychischen Verletzungen
- Erkennen seiner eigenen Bedürfnisse
- Gewinn an Selbstvertrauen

Interessiert? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe BE und erfahren Sie, was die Mitwirkung in einer Selbsthilfegruppe bedeutet und wie eine Gruppengründung zustande kommt. Das Angebot ist kostenlos.

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Burgdorf, Lyssachstrasse 91, 3400 Burgdorf
0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch