



Gemeinsam  
stärker  
Selbsthilfe  
verbindet

# Eifersucht und Verlustängste

## Neue Selbsthilfegruppe in Langenthal

Leiden Sie unter Ihrer Eifersucht? Sind Sie eifersüchtig auf die früheren Beziehungen oder Hobbys Ihres Partners oder Ihrer Partnerin? Belastet diese Eifersucht Ihr Leben und Ihre Beziehung? Diese starken Gefühle, Zweifel und Verlustängste können sowohl für Ihren Partner oder Ihre Partnerin als auch für Sie selbst sehr anstrengend und belastend sein.

In der neuen Selbsthilfegruppe können Sie Menschen treffen, denen es ähnlich geht. Im offenen Gespräch haben Sie Gelegenheit einander zuzuhören, sich gegenseitig zu ermutigen und auszutauschen, zum Beispiel zu folgenden Fragen:

- Wie belasten Eifersucht und Verlustangst Ihre Beziehung?
- Wie gehen Sie damit um?
- Wie bleiben Sie auch in Zeiten starker Eifersucht in der Beziehung erreichbar?
- Was stärkt Ihren Selbstwert und Ihr Selbstvertrauen?

### Interessiert?

Für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE. Wir beraten zur Selbsthilfe, vermitteln in Gruppen, koordinieren und begleiten die ersten Treffen. Die Beratung und die Teilnahme sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Wo	Für wen	Kontakt
Langenthal	Betroffene	0848 33 99 00

