

Mut zu Gehen



Unser Weg aus einer toxisch/narzisstischen Beziehung

Ungesunde Beziehungen sind keine Seltenheit. Du erkennst sie daran, dass sie sehr weh tun und dich seelisch und körperlich krankmachen, weil die Bedürfnisse deiner Partnerin/deines Partners im Vordergrund stehen.

Wenn auch du dir Fragen stellst wie:

- Raubt mir meine Beziehung mehr Kraft als sie mir schenkt?
- Habe ich Angst, ich selbst zu sein und bin stets darauf bedacht, meine*n Partner*in nicht zu verärgern?

...und du zweifelst mittlerweile an deiner eigenen Wahrnehmung?

Dann lass uns gemeinsam mit diesem Thema befassen, Erfahrungen austauschen und Lösungsstrategien entwickeln, um uns von der seelischen (Co-)Abhängigkeit zu befreien.

Wir treffen uns **alle 2 Wochen am Freitag um 18:00 Uhr**
in der Paritätischen
Tagespflege Werrestraße in Herford
(Werrestraße 100)

Anmeldung vorher bitte unter:
Herford-toxischeBeziehung@gmx.de
oder im Selbsthilfe-Büro Herford unter Tel. 05221-50857