

Trennungsgruppe

Wenn die Partnerschaft
auseinander geht



Wenn die Partnerschaft auseinander geht (auch im Todesfall)

Für immer mehr Menschen ist die Trennung eine schmerzvolle Realität. Wieder für sich alleine die Balance zu finden, ist nach einer Trennung ein Drahtseilakt, der nicht immer auf Anhieb gelingt.

Die geleitete Gruppe bietet eine wertvolle Gelegenheit, andere Betroffene kennenzulernen und in einem geschützten, mitfühlenden und vertrauensvollen Umfeld das Geschehene gemeinsam zu verarbeiten und wieder neuen Mut zu fassen.

Mögliche Inhalte

- Die Geschichten anderer Betroffener hören und eventuell auch die eigene erzählen
- Umgang mit den schwierigen Gefühlen wie Trauer, Wut usw.?
- Sich auf den Veränderungsprozess einlassen
- Welche Entwicklungsmöglichkeiten birgt die Trennung?
- Die eigenen Grundkräfte stärken

Treffen

Ort: Gruppenraum, Feerstrasse 8, 5000 Aarau

Zeit: 18 bis 20 Uhr

Daten: siehe Website www.bit.ly/3KZgxjD (www.kathaargau.ch)



Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung

Sekretariat Bildung und Propstei

056 438 09 40

bildungundpropstei@kathaargau.ch

oder

SelbsthilfeZentrum Aargau

056 203 00 20

info@selbsthilfezentrum-ag.ch