



Austauschgruppe

ungewollt kinderlos - wie weiter?



Bild: © Rosel Eckstein / pixelio.de

Den unerfüllten Kinderwunsch annehmen
und seinem Lebensentwurf eine neue
Orientierung geben...

An wen richtet sich die Gruppe?

An Frauen welche...

- die Situation akzeptieren wollen, keine Kinder zu bekommen
- Den Trauerprozess um die nicht geborenen oder verlorenen Kinder teilen möchten
- Gleichgesinnte suchen auf ihrem Weg einen neuen Lebensentwurf zu leben
- sich trotz Kinderlosigkeit als vollwertige Frauen fühlen möchten



Bild: © Luise / pixelio.de

Sinn der Selbsthilfegruppe

Jeder aus der Gruppe wünscht sich und den anderen Teilnehmerinnen ein Leben, dass erfüllt, glücklich und sinnerfüllt ist und der unerfüllte Kinderwunsch soweit überwunden ist, dass dieses Leben möglich ist. Die Teilnahme in unserer Gruppe hat zum Ziel dir zu helfen dein neues Lebenskapitel anzugehen, umzusetzen und mit Freude ein Leben ohne Kind zu führen.

Wir sind eine Gruppe die einander Mitgefühl, Empathie, Freundschaft, Trost, Selbstvertrauen, positive Energie und Kraft spendet.

Wir verbringen in einer persönlichen und freundschaftlichen Atmosphäre Zeit mit Gleichgesinnten die Ähnliches erlebt haben und die Trauer, die Wut, die Fragen und Unsicherheiten verstehen.

Mögliche Ziele

- Gleichgesinnte kennenlernen
- Erfahrungsaustausch
- Sich als vollwertige Frau fühlen
- Kraft erhalten oder geben
- Wegbegleitung
- Selbstvertrauen stärken
- Rückschläge akzeptieren
- Freude am Leben teilen
- Sinnhaftigkeit erkennen

*Man muss bereit sein
sich von dem Leben zu lösen,
das man geplant hat,
damit man das Leben findet,
das auf einen wartet.*

Wo, wann und wie oft treffen wir uns?

Die Treffen finden jeweils jeden letzten Montag im Monat um 18:00 Uhr statt.

Wir treffen uns in unterschiedlichen Restaurants in der Umgebung von St. Gallen-Weinfelden-Winterthur

Bist du interessiert?

Dann melde dich—wir freuen uns!



SELBSTHILFETHURGAU

Selbsthilfezentrum Thurgau

Marktstrasse 26
8570 Weinfelden
E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch
Telefon 071 620 10 00
www.selbsthilfe-tg.ch

Mögliche Themen

- Eigenreflektion
- Frau sein
- Ein Leben ohne Kinder
- Partnerschaft unter neuen Voraussetzungen
- Es ist, wie wenn ein Teil von mir stirbt
- Trauerarbeit / Trauerprozess
- Neue Lebensentwürfe
- Wer bin ich als Frau ohne Kind: Identifikation