

## Selbsthilfegruppe

# Eifersucht

Das Gefühl der Eifersucht kennt wohl jeder. Bis zu einem gewissen Grad wird Eifersucht oft als normal erlebt. Doch wenn die Eifersucht ständig anwesend ist und das Leben beherrscht, ist eine gesunde Grenze überschritten. Dann kann Eifersucht krank machen, Beziehungen zerstören.

Verlustangst, Kontrolle, Verunsicherung und der Wunsch, den Partner zu besitzen können Zeichen ungesunder Eifersucht sein. Die Beziehung zum Partner, zu sich selbst und das gemeinsame Leben als Paar werden auf eine harte Probe gestellt.

Eifersucht ist kein Thema, über das man gerne spricht. Bei uns wird die Eifersucht nun zum Thema!

Wir suchen Menschen, die selber eifersüchtig sind und sich hierdurch in ihrem Leben beeinträchtigt fühlen und über ihre Situation mit Gleichbetroffenen sprechen möchten.

Der Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen tut gut und Offenheit kann der erste Schritt in eine neue Richtung sein. Sich gegenseitig zu unterstützen, zu helfen und auszutauschen ist unsere Idee für die Selbsthilfegruppe zum Thema Eifersucht.

Interessierte melden sich gerne bei der  
Selbsthilfe- Kontaktstelle Krefeld  
Tel.: 02151-961 90 25  
E-Mail. [selbsthilfe-krefeld@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-krefeld@paritaet-nrw.org)