



Offene Tür Zürich
Jupiterstrasse 42
8032 Zürich
www.offenetuer-zh.ch

Sexueller Missbrauch in der Kindheit

Missbrauch in der Kindheit hinterlässt bei den Betroffenen traumatische Erinnerungen und bekanntlich heilen die körperlichen Verletzungen oft schneller als die seelischen.

Die Folgen von Missbrauchserfahrungen sind bei jedem Einzelnen sehr unterschiedlich:

Schuldgefühle, Abgrenzungsprobleme, ausgeprägtes Suchtverhalten, Emotionale Schwankungen, Zwangsverhalten, Ängste, Suizidalität, Depressionen, Ohnmacht, Verzweiflung, Bindungsängste, Wut und Einsamkeit sind nur ein paar Folgeerscheinungen.

Fühlst du dich deinen schlechten Gefühlen ausgeliefert? Fehlt dir das Vertrauen in dich selbst und andere Menschen? Mangelt es dir an einem positiven Selbstwertgefühl? Erlebst du das Leben als ständigen Kampf und Herausforderung? Hast du genug davon, dich fremdbestimmt, einsam und unverstanden zu fühlen?

Die Selbsthilfegruppe bietet einen geschützten Rahmen, in welchem Vertraulichkeit gewährleistet wird. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass bereits eine teilweise Verarbeitung des Erlebten in einer Therapie stattgefunden hat. Wenn du dich angesprochen fühlst, kannst du dich im „Selbsthilfezentrum Offene Tür“ melden.

In der Anfangsphase wird die Gruppe vom Team des Selbsthilfezentrums unterstützt.

Infos & Anmeldung unter



Selbsthilfezentrum
Telefon: 043 288 88 88
Mail: selbsthilfe@offenetuer-zh.ch