

Töchter von narzisstischen Müttern

Selbsthilfegruppe

In einem instabilen Umfeld aufgewachsen zu sein und eine komplizierte Beziehung zur eigenen Mutter zu haben, macht es manchmal schwierig, durch den Alltag zu navigieren und das Leben unbeschwert zu genießen.

Du kennst diese Situation?

Dann bist du mit deinen Gefühlen nicht allein. Der Austausch in einer Selbsthilfegruppe bietet dir Unterstützung und die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen über deine Erfahrungen zu sprechen.

- ✧ Erfahre Verständnis und Akzeptanz.
- ✧ Erlebe vertrauensvolle, wertfreie Gespräche.
- ✧ Finde gemeinschaftlich Motivation.

Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen!



Erstes Gruppentreffen:

Dienstag, 24.03.2026

18 bis 19:30 Uhr

Theaterpassage

Contilia Therapie und Reha

1. OG (grüner Raum)

Rathenastr. 2, 45127 Essen

Info & Anmeldung:

selbsthilfe@wiesenetz.de | 0201 - 20 76 76