

**SELBSTHILFEZENTRUM**

ZÜRCHER OBERLAND & PFANNENSTIEL

Medizinisches Geburtstrauma

Einzel Austausch für Betroffene

Ich suche den Austausch mit Menschen, die von einem Geburtstrauma betroffen und bereit sind, sich mit ihrer Geschichte auseinanderzusetzen.

Ein Geburtstrauma kann die Ursache für physische, emotionale oder psychische Herausforderungen wie unbestimmte Schmerzen, Burnout, Depressionen oder posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) sein. Oft dauert es Jahre, diese Verbindungen zu erkennen.

Hast auch Du das Gefühl, dass Deine Geschichte von prägenden Momenten vor, während und nach Deiner Geburt stark beeinflusst wurde? Du bist nicht allein. Der Austausch mit anderen Betroffenen kann helfen, neue Perspektiven zu entdecken.

Der Fokus liegt auf Einzelaustauschgesprächen, die bei genügend Interesse in einer Selbsthilfegruppe münden könnten.

Wenn Du Dich angesprochen fühlst, dann melde Dich gerne bei:

Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel

Im Werk 1, 8610 Uster

044 941 71 00

info@selbsthilfezentrum-zo.ch

www.selbsthilfezentrum-zo.ch