



**SELBSTHILFE** WINTERTHUR  
SCHAFFHAUSEN

---

## ***Selbsthilfegruppe***

# ***Familiäres Schweigen***

## ***- was unter der Oberfläche brodelt***

Seit einiger Zeit zeigt mir mein Sohn die kalte Schulter – und ich weiss bis heute nicht, warum. Irgendetwas muss vor langer Zeit passiert sein. Ich vermute, dass ich etwas falsch gemacht habe. Er will nicht darüber sprechen. Früher konnten wir über alles reden, und ich wünsche mir sehr, den Kontakt zu ihm wieder zu verbessern. Mit meinen wunderbaren Enkelkindern möchte ich weiterhin eine liebevolle Beziehung pflegen. Doch im Moment scheint das nicht mehr möglich zu sein. Etwas steht zwischen uns, und ich weiss nicht, wie ich es aus dem Weg räumen kann.

### **Geht es dir ähnlich? Erlebst du eine vergleichbare Situation?**

In dieser Gruppe möchten wir uns darüber austauschen, wie es uns im Umgang mit solchen Konflikten geht. Vielleicht können wir Strategien entwickeln, mit diesen Herausforderungen umzugehen und etwas dabei zu lernen. Wenn du dich angesprochen fühlst, melde dich und lass uns gemeinsam diese Selbsthilfegruppe gründen. Wir können uns gegenseitig unterstützen und von unseren Erfahrungen profitieren.

Die Selbsthilfegruppe wird in der Anfangsphase durch eine Mitarbeiterin des Selbsthilfezentrums begleitet. Anmeldung und weitere Informationen:

---

**Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen**

Telefon 052 213 80 60 | [www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch](http://www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch)