



Religiöse Zwangsgedanken

Neue Selbsthilfegruppe in Burgdorf



© Tomertu - adobe.stock.com

Menschen mit religiösen Zwangsgedanken leiden unter der ständigen Angst, moralisch falsch zu handeln und unter zwanghaften Zweifeln am eigenen moralischen Handeln. Sie befürchten, sich durch das Ausführen oder Unterlassen bestimmter Handlungen zu versündigen. Der Glaube wird nicht mehr als befreiend empfunden, sondern ist von der Vorstellung eines allwissenden, strafenden Gottes geprägt. Betroffene leiden dadurch oft unter Scham- und Schuldgefühlen und meiden zum Beispiel Situationen, in denen sie in einen moralischen Zwiespalt geraten können.

In Burgdorf wird eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit religiösen Zwangsgedanken gegründet. Sie soll den Betroffenen einen geschützten, vorurteilsfreien Raum bieten, um Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu stärken.

Mögliche Diskussionsthemen:

- Wie gehen die anderen mit den Zwangsgedanken um? Was hilft, wenn diese aufkommen?
- Wie rede ich über meine Gedanken in meiner Familie oder Gemeinde?
- Was bringt Entspannung und Selbstvertrauen?
- Wie kann ich die positiven Aspekte meines Glaubens erkennen?

Betroffen und interessiert? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe BE und erhalten Sie unverbindlich weitere Informationen zu diesem kostenlosen Angebot.

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Burgdorf, Lyssachstrasse 91, 3400 Burgdorf
0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch