Blaues Kreuz
Kantonalverband Zürich

«Meinen Gefühlen wie Ängste oder Scham kann ich mich heute besser stellen.» (A.R.)

Vater, Mutter trinkt

Ein Kurs für Frauen und Männer mit einem alkoholkranken Elternteil

Hatte oder hat ihr Vater oder ihre Mutter ein Alkoholproblem? Leiden Sie darunter noch heute? Sie möchten besser verstehen, warum und wie die eingeübten Rollen ihr heutiges Leben und Ihre Beziehungen prägen? Gerne würden Sie lernen, mit dem Erlebten anders umzugehen? Möchten Sie das Tabu brechen und darüber reden?

Sie sind nicht alleine. Andere Menschen sind in der gleichen Situation. Deshalb ist unser Kurs das richtige Angebot für Sie. In einer vertrauensvollen Umgebung sprechen Sie mit weiteren Betroffenen und einer Fachperson über Ihre Erfahrungen.

Wir unterstützen Sie mit unserer Erfahrung und Einfühlungsvermögen, das Erlebte zu reflektieren und aus den langjährigen Verhaltensmustern auszusteigen. Sie lernen Ihre Ressourcen und Stärken besser kennen und einzusetzen.