

# Selbsthilfegruppe

# Co-Abhängigkeit und

# Beziehungssucht

Unsere Gruppe der Anonymen Co-Abhängigen ist ein Ort der Genesung von Co-Abhängigkeit, die ein zwanghaftes Verhalten darstellt, das aus einem gestörten Familiensystem her stammt. Wir können hier unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen.

Wir alle haben auf unsere eigene Weise die schmerzliche, traumatische Erfahrung der Leere gemacht in unserer Kindheit und in den Beziehungen in unserem Leben. Wir versuchten andere als einzige Quelle unserer Identität, unseres Wertes und unseres Wohlbefindens zu benutzen.

Wir haben alle gelernt, im Leben zu überleben, aber in CoDA lernen wir, das Leben in seiner Fülle zu leben. Indem wir die zwölf Schritte und die Prinzipien, die wir in CoDA gefunden haben, auf unser tägliches Leben und unsere Beziehungen anwenden, können wir eine neue Freiheit von unseren selbstzerstörerischen Lebensweisen erfahren.

Interessiert? Hier gibt es nähere Informationen:

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn**

0228 / 94 93 33 17

[selbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org)



Bonn