

Praxis für Psychotherapie und Familienberatung

Inge Willwacher

Pädagogin und Heilpraktikerin mit Schwerpunkt Psychotherapie

Tel. 0234 411790

www.dialog-raum.eu



Dialog

Auf dem Weg zu mehr Selbstliebe

Eure schlechte Liebe zu euch selber macht euch aus der Einsamkeit ein Gefängnis.

Friedrich Nietzsche

Viele Menschen sehnen sich nach mehr Liebe, Wärme und Annahme in ihrem Leben. Sie suchen nach Geborgenheit, Zugehörigkeit und einem liebevollen Miteinander. Oft liegen die Wurzeln dieser Sehnsucht in frühen Erfahrungen: Vielleicht fehlten in der Kindheit Zuwendung, Fürsorge oder Anerkennung, weil Eltern selbst von Mangel, Kriegstraumata oder existenziellen Sorgen geprägt waren.

Dort, wo wenig Raum für liebevolle Nähe blieb, konnten innere Wunden entstehen – und mit ihnen ein tiefer Hunger nach Liebe.

Als Erwachsene hoffen wir dann manchmal, dass andere das füllen, was uns innerlich fehlt. Doch diese Erwartung kann zu Belastungen und Verstrickungen in Beziehungen führen. Die vermisste Liebe kann uns niemand nachträglich schenken – aber wir können lernen, uns selbst anzunehmen: mit unseren Wunden, Schattenseiten und Sehnsüchten. Selbstliebe bedeutet, den Mut aufzubringen, uns selbst ehrlich zu begegnen und Frieden mit unserer Geschichte zu schließen.

Wie kann es gelingen, einen liebevolleren Umgang mit uns selbst zu entwickeln? Vielleicht können wir uns auf diesem Weg gegenseitig unterstützen – als Wegbegleiterinnen, die gemeinsam einen Raum schaffen, in dem Verbindung wachsen darf: zu uns selbst und zu unseren Mitmenschen.

Termin:	Sonntag, 14. Dezember 2025, 10:30 - 12:30 Uhr Bitte vorher anmelden!
Ort:	Dialog-Raum, Alte Timmer Schule Hattinger Str. 764, 44879 Bochum-Linden
Kosten:	15,-- €

Inge Willwacher, Heilpraktikerin
Auf dem Holte 34, 44879 Bochum-Dahlhausen
Tel. 0234 411790
info@ingewillwacher.de www.dialog-raum.eu