
Barbara Vogt

Spiritueller Coach, Heilerin und
Expertin für dein Inneres Kind

Tel: 02721 - 6053566

info@barbara-vogt.de

SeelenLiebe



Trennung Ja oder Nein?

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn du in einer Partnerschaft lebst oder gelebt hast,
wirst du dir diese Frage sicher schon einmal gestellt haben.
Wenn scheinbar nichts mehr geht und du das Gefühl hast, alles versucht zu
haben, liegt der Gedanke nicht fern, sich zu trennen. 

Trennung scheint in dieser ausweglosen Situation
die einzige Lösung zu sein.

Doch ist sie das wirklich?

Diese Frage kann jeder und jede natürlich nur für sich selbst beantworten.

Kommt es dann zu einer Trennung oder Scheidung,
geht die Verarbeitung los.

Auch in meinen Therapiesitzungen ist das Thema Trennung
immer wieder präsent.

Oft lautet die Frage der/des Betroffenen:

Wie kann ich wieder zu meiner inneren Mitte finden? 

Denn wenn es zu einer Trennung gekommen ist, haben viele das Gefühl,
sich aufgegeben, sich in der Beziehung verloren zu haben.

Wenn es dir schon einmal genau so ergangen ist,
hast du dich vielleicht auch gefragt:
Wer bin ich eigentlich? Und was möchte ich?

Je länger du in einer unglücklichen oder
gar toxischen Beziehung gelebt hast,
umso länger dauert die Verarbeitungsphase.

Fragen wie diese spielen dabei eine besondere Rolle:

Wie konnte es so weit kommen?

Warum ist mir das passiert?

Habe ich einen Anteil an dem Scheitern der Beziehung? Wenn ja, welchen?

Fragen um Fragen schwirren in deinem Kopf herum,
deine Gefühle schlagen Purzelbäume
und du weißt nicht, wie es weitergehen soll.
Doch es lohnt sich, diesen Weg zu gehen
– wenn nötig, auch mit einer Begleitung.

**Jede Krise bedeutet immer auch eine Chance
– eine Chance für dich zur Veränderung.**

Vielleicht ist genau diese Situation dafür da,
um jetzt deine Veränderung einzuleiten.

Nutze diese Chance, um dich selbst immer besser
kennen- und schätzen zu lernen!

Alles hat seine Zeit und auch die Krisen in unserem Leben
kommen zur richtigen Zeit, zum richtigen Zeitpunkt.
Ergreife die Gelegenheit, um tiefer in deine Seele zu schauen
und tieferes Verständnis für dich selbst zu gewinnen.

Sei es dir wert!

Hast du Lust noch mehr über das Thema Trennung zu erfahren?

Dann kommst du hier mit einem Klick gleich zu meinem BLOG

[Trennung bedeutet Trauerarbeit](#)

Auf meiner Webseite findest du auch Therapieangebote für Paare

[Psychotherapeutisches Paarcoaching](#)

**Familienaufstellung
am Sonntag, 27.8.23,**

Es sind noch einige wenige Plätze frei.

[Infos und Anmeldung](#)

Seit 15. Juli sind mein Podcast und mein YouTube-Kanal online!

[Hier geht es zu meinem Podcast ...](#)

[... und hier zu meinem YouTube-Kanal](#)

Herzlichst



Barbara