

ומה אם לא יקבלו אותי כמו שאני?

יש רגע שבו הזהות שלנו מתבהרת. הנטייה, המגדר, הדרך שבה אנחנו מבינים את עצמנו.

זה יכול להיות תהליך מבלבל, אבל גם רגע של הקלה גדולה. יחד עם ההבנה הזו, לא פעם מתעורר גם פחד: מה יקרה אם הסביבה לא תקבל אותנו כמו שאנחנו?

חוסר קבלה מצד משפחה, חברים או הקהילה עלול לחדור עמוק, לעורר ספק עצמי ולגרום לנו להשתיק חלקים מהזהות שלנו כדי לא להיפגע. לפעמים אנחנו מצמצמים את עצמנו רק כדי לשמור על שייכות, קשר או תחושת ביטחון גם כשהלב מבקש להיות פשוט אנחנו.

לקריאה נוספת <<

אם אתם או מישהו קרוב חווה מצוקה נפשית

פנו אלינו כדי שנוכל לסייע

ער"ן מעניקה שירות עזרה ראשונה נפשית

מצילת חיים 24/7 לכל אדם.

הסיוע מוענק באנונימיות ובאופן מידי.

לקבלת סיוע נפשי

התקשרו 1201

שלחו הודעה לווטסאפ 052-8451201

צ'אט אישי | פורום | מייל - באתר ער"ן | eran.org.il

