

Die
Selbsthilfegruppe
„Wolkenschieber“
ersetzt keine
ärztlichen oder
psychologischen
Beratungen. Die
Gruppe wird nicht
therapeutisch
geleitet, sondern
setzt sich aus
Betroffenen
zusammen.

Treffen:

14-tägig mittwochs
18.45 - 20.45
in den Räumlichkeiten der
Stiftung Bethesda-St.
Martin, Koblenz

Kontakt:

Jason Minnemann,
0261/9 888 499
Lion69@gmx.de

WWW.shg-wolkenschieber.de

Wenn die Seele Trauer trägt

Selbsthilfegruppe "Wolkenschieber"

für Menschen mit

Depressionen
Ängsten
Panikattacken
sozialer Phobie
Borderline Störung
Selbstverletzendem Verhalten

Bei uns treffen sich....

Menschen aller

- Altersgruppen (Schwerpunkt 25 - 55 Jahre)
- Nationalitäten
- sozialen Schichten

sowie Männer und Frauen

Beweggründe

aus der Verzweiflung heraus finden, um wieder Mut zu fassen

Der Wunsch, sich selbst in Begegnung mit anderen Menschen besser kennen zu lernen

Mehr Informationen zum Krankheitsbild, zu Behandlungsmöglichkeiten usw. erhalten

Unterstützung und Verständnis bei Menschen finden, die eine ähnliche Lebenssituation aus eigener Erfahrung kennen

Neue Freundschaften in einem Kreis schließen, in dem man sich anerkannt und verstanden fühlt

Andere Menschen in der Gruppe unterstützen

Gemeinsame Aktivitäten planen und durchführen

Das Leben trotz Krankheit bewältigen

Die eigene Isolation überwinden

Ziele der Gruppe

... ist der Erfahrungsaustausch unter den Gruppenmitgliedern, da dieser für jeden Betroffenen wichtig ist.

Leider ist es auch heute noch so, dass die Betroffenen es sehr schwer haben, ihre „gesunden“ Mitmenschen mit ihren Problemen zu konfrontieren.

Von daher ist es umso wichtiger, dass sie in einer Gruppe mit Gleichgesinnten das nötige Verständnis finden, oder sich einfach „nur mal fallen lassen können“.