



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe für Betroffene von einer Psychose

Menschen, die eine oder mehrere Psychosen erlebt haben, machen oft die Erfahrung, dass kaum darüber gesprochen wird. Alle sind froh, dass die Psychose vorbei ist, und vergessen, dass die Psychose uns inhaltlich auch etwas mitteilen kann.

In der Gruppe wollen wir darüber sprechen, welche Bedeutung die Psychose in unserem Leben hat, aber auch darüber, wie man mit einer psychotischen Erfahrung und deren Nachwirkungen konstruktiv umgehen kann. Zudem wollen wir gemeinsam schauen, wie man weitere Psychosen verhindern oder abschwächen kann.

Die Gruppe richtet sich an Betroffene, die ihren Erfahrungsschatz in die Gruppe einbringen und den Input von anderen in ihr Alltagsleben mitnehmen wollen. Wir unterstützen uns gegenseitig und begegnen uns mit Respekt, Empathie und Verständnis.

Wenn du dich mit diesen Themen auseinandersetzen möchtest, bist du herzlich willkommen.

Die Gruppe trifft sich alle drei Wochen an einem Abend.

Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch