

Wenn ein Mensch psychisch krank wird, hat meist die ganze Familie mitzuleiden.

Oft wissen die Angehörigen nicht, wie sie sich verhalten sollen. Selbstvorwürfe, Schamgefühl, Angst und Unverständnis sind oft die Folge.

In unserer Gruppe finden Sie Hilfe.

Die monatlichen Gesprächskreise werden von erfahrenen Angehörigen geleitet. Bei Bedarf werden Fachleute eingeladen, die Auskunft zu aktuellen Themen geben können.

Angst und Ratlosigkeit

In der Gruppe werden Sie informiert über mögliche Hilfsangebote. Sie erleben, dass Sie mit Ihren Sorgen nicht allein sind.

Das macht Mut.

Schuld und Schamgefühle

Beim Zusammensein mit anderen kann man sich davon freisprechen. Man erfährt, dass wir Angehörigen nicht Schuld sind am Entstehen der Krankheit.

Das entlastet.

Ungerechtigkeiten

Die Solidarität in der Gruppe ermöglicht es, Ungerechtigkeiten und Missstände anzusprechen, denen sich die einzelne Familie hilflos ausgeliefert sieht.

Das stärkt das Selbstvertrauen.

Vereinsamung und Überforderung

In der Gruppe erfahren Sie, dass Sie das Recht haben, auch für Ihr eigenes Wohlergehen zu sorgen. Sie können Menschen mit gleichen Schicksalen kennenlernen.

Das schafft neue Freundschaften.

Unverständnis und Vorurteile

In der Gruppe spürt man, dass es keine Schande ist, einen psychisch Kranken in der Familie zu haben. Man muss sich nicht mehr verstecken.

Das macht Offenheit möglich.

Unsere
Selbsthilfegruppe
trifft sich

jeweils am
zweiten Donnerstag
im Monat

in der Zeit
von
16:30 bis 18:00 Uhr

im Gesundheitsamt
Schwerin
Stadthaus
Am Packhof 2 - 6

Kontakt:
Sozialpsychiatrischer Dienst
Tel.: 0385-545 2820 oder
0385-545 2842 oder
0385-545 2863

Familien
helfen sich
selbst.



Die **Selbsthilfegruppe für**
Angehörige von psychisch
kranken Menschen