Selbsthilfegruppen

In unseren Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die aufgrund von schweren körperlichen oder chronischen Krankheiten oder emotionalen und sozialen Belastungen in schwierigen Lebenssituationen befinden.

Sie suchen Hilfe, Unterstützung und Austausch mit anderen Betroffenen. Die Gruppen arbeiten nach dem Prinzip der Selbsthilfe. Das bedeutet, dass die TeilnehmerInnen über genügend Fachkompetenzen verfügen, um sich in diesen spezifischen Lebenssituationen selbst zu helfen. Wenn Sie eine Selbsthilfegruppe gründen möchten, stellen wir Ihnen unsere Räume (gegen eine Spende) zur Verfügung und unterstützen Sie beim Aufbau der Gruppe. Auf Wunsch können die Gruppen von einer Mitarbeiterin des Vereins begleitet werden.

In den Selbsthilfegruppen richten wir den Blick auf die Themen, die für die Teilnehmerinnen im Vordergrund stehen und im Moment bedeutungsvoll sind. Die Teilnehmerinnen sind aufeinander bezogen und bieten sowohl Unterstützung als auch ihre eigene Sichtweise an.

Dadurch ist es möglich, die eigenen Handlungsweisen zu reflektieren und möglicherweise zu verändern. Ziel dieser Gruppen ist es, die akute Situation und die aktuellen Befindlichkeiten anzuerkennen, um so eine Veränderung der belastenden Situation herbeizuführen.

Ein Angebot von:

fif – Familien in Findorff e.V.

E-Mail-Adresse:

info@familien-in-findorff.de

Internetadresse:

www.familien-in-findorff.de

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen