

Gruppengründung Post-Trauma

In der Selbsthilfegruppe „Post-Trauma“ kommen Menschen zusammen, die die Diagnose PTBS (Post-Traumatische Belastungsstörung) erhalten haben.

Wir wollen uns über unsere Erfahrungen mit der Heilung austauschen und darüber, wie wir unseren Alltag besser bewältigen können. Das Trauma selbst behandeln wir in der Therapie.

- Wir teilen in aller Verschiedenheit ein gemeinsames Schicksal.
- Im täglichen Leben fallen uns wegen unserer Erfahrungen manche Dinge schwerer als anderen.
- Wir wollen voneinander lernen und uns in einer Atmosphäre der gegenseitigen Wertschätzung und Akzeptanz über unsere positiven und schwierigen Erfahrungen mit unserem Alltag austauschen.
- Wir übernehmen Verantwortung für die Gruppe und machen uns Mut.

Aus gegebenem Anlass sind vorerst digitale Treffen geplant. Langfristig soll es persönliche Gruppentreffen geben.

Interessierte können sich bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn melden.

Tel.: 0228-94 93 33 17

Mail: selbsthilfe-bonn@paritaet-nrw.org