



Selbsthilfegruppe Junge Erwachsene mit Schizophrenie

Erlebst du soziale Hürden im Alltag, in Ausbildung, Beruf, Kommunikation oder Beziehungen?

Fragst du dich, wie du mit psychotischen Erfahrungen, Gefühlsveränderungen oder den Nebenwirkungen deiner Medikamente umgehen kannst?

In der Selbsthilfegruppe tauschen wir uns in einem geschützten Rahmen ehrlich und auf Augenhöhe aus. Wir sprechen darüber, wie unterschiedlich Psychosen erlebt werden, was sie mit unserem Gefühlsleben

machen und wie wir Wege finden können, mit den damit verbundenen Herausforderungen umzugehen.

Gemeinsam entwickeln wir Strategien und Perspektiven für Alltag, Ausbildung, Beruf und Beziehungen.

Wir sind junge Erwachsene, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben – jede*r auf die eigene Weise. Keine Therapie, keine Diagnosen – sondern echte Gespräche, die tragen.