

IRRTÜMER

Selbsthilfegruppen gibt es nur für Probleme mit Alkohol oder anderen Suchterkrankungen.

In Selbsthilfegruppen wird bloß gejammert.

Selbsthilfegruppen kosten Geld.

In Selbsthilfegruppen gehen ausschließlich alte Leute.

Der Ablauf erfolgt immer entlang der Regel: Man sitzt im Stuhlkreis und erzählt reihum, wie es einem geht.

Selbsthilfegruppen werden von Fachleuten angeleitet.

WAS PASSIERT IN SELBSTHILFEGRUPPEN?

ANDERS ALS ERWARTET...



WAHRHEITEN

Selbsthilfegruppen gibt es zu einer Vielzahl von Themen. Das Arbeitsprinzip lässt sich auf jedes Anliegen anwenden, das man gemeinsam mit anderen bearbeiten möchte.

Es gibt viele Selbsthilfegruppen, in denen jüngere Leute aktiv sind.

Das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und zusammen mit anderen nach Lösungen zu suchen ist ein Zeichen von Stärke.

Die Mitglieder von Selbsthilfegruppen sind gleichgestellt. Jede/r trägt Verantwortung.

Die Entscheidung, eine Selbsthilfegruppe zu besuchen, liegt bei einem selbst. Jede/r kann sich einer Selbsthilfegruppe anschließen oder eine neue gründen.

Jede Selbsthilfegruppe bestimmt selbst, wie die Treffen ablaufen.

Die Teilnahme an Selbsthilfegruppen ist kostenfrei.