



Der Verein "Seele in Not" e.V. wurde 2001 aus der Selbsthilfegruppenarbeit von Betroffenen und Angehörigen gegründet.

In der Depression

Niedergeschlagenheit verbunden mit Ängsten, Traurigkeit, Sorgen, Verzweiflung, einem Gefühl der Leere und Gefühllosigkeit.

Beeinträchtigung des Selbstbewusstseins mit Minderwertigkeitsgefühlen, Selbstabwertung, Schuldgefühlen und Versagensängsten.

In der Manie

Gesellig, unternehmenslustig, oft euphorisch und unvorsichtig. Gefahren können nicht realistisch eingeschätzt werden. Geld wird unbedacht ausgegeben. Eine Neigung zu Ausschweifungen, provozierten Konflikten, grundlosen Streitereien und Aggressivität.

Bei ausgeprägter manischer Symptomatik können dabei Größenwahn, religiöser Wahn und Liebeswahn auftreten. Ferner kann es bei schwerer Symptomatik zu Sinnestäuschungen (z.B. Halluzinationen) sowohl optischer als auch akustischer Art kommen. Meist ist der manische Patient nicht krankheitseinsichtig, er fühlt sich ja „gesund wie noch nie“ und meint, er sei „in Höchstform“.



Erfahrung Selbsthilfe

Unterstützung durch Selbsthilfegruppen vor Ort als zentrales Element der Selbsthilfe. Sowohl für Ersterkrankte, langjährig Erkrankte und Angehörige sind sie eine wichtige Anlaufstelle, die unterstützend und hilfreich erlebt wird. Der Austausch mit anderen Erkrankten hilft, Krankheitskompetenz zu entwickeln.

Gemeinsam mit und von anderen zu lernen ist ein zentrales Element in den Selbsthilfegruppen. Auch sehr persönliche, intime Themen können dort diskutiert werden. Angehörige können in den Gruppen lernen, wie sie mit der Erkrankung ihres Partners, Kindes oder Elternteils besser umgehen und diese wirksamer unterstützen können. Außerdem können sie lernen, sich abzugrenzen und rechtzeitig zu erkennen, wann es besser ist, sich zurückzuziehen.



Wir tauschen uns aus, es geht um den eigenen Leidensdruck, es geht um partnerschaftliche Probleme, es geht um unsere Kinder, um die Medikamente, Arzt- und Therapiesuche. Wir sprechen über Krankheitseinsicht, Patientenverfügung, über Vorsorge und weitere Unterstützung untereinander. Es geht um Arbeit, aber auch um Erwerbslosigkeit. Wir versuchen gemeinsam, den anderen zu stärken und ihn aufmerksam zu machen, wenn sein Verhalten Anlass zur Sorge gibt. Wir sprechen mit ihm, erinnern an unsere Krisenzeiten und was uns geholfen hat.

In der Gruppe sprechen wir auch über alle anderen Themen, die uns beschäftigen. Politik, Fußball, Reisen usw.

Alle Teilnehmer der Selbsthilfegruppe haben zu beachten, dass das, was in der Gruppe besprochen wird, auch in der Gruppe bleiben muss.

Unsere Gruppe findet 14-tägig immer mittwochs von 18:00-19:30 Uhr statt. Vor Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist immer vorab ein Beratungsgespräch nach telefonischer Vereinbarung notwendig. Mobil: 0151 11 28 06 47.



“Seele in Not“ e.V.
Bei uns zählt der Mensch



Vor Teilnahme an der Selbsthilfegruppe
ist immer ein Beratungsgespräch
nach telefonischer Vereinbarung notwendig.

Telefonische Erreichbarkeit von
09.00 – 15.00 Uhr

Telefon: 02191 291990 AB
monika.erdmeier@seele-in-not-ev.de

Impressum

Herausgeber
“Seele in Not“ e.V.
Hindenburgstr. 10
42853 Remscheid

Vertreten durch:
Monika Erdmeier



Sie finden **“Seele in Not“ e.V.** am oberen Ende der Hindenburgstraße in Remscheid. Bitte gehen oder fahren Sie die Hindenburgstraße von der Alleestraße oder dem Rathaus kommend hinunter Richtung Stadtpark. Unser Vereinshaus befindet sich nach etwa 60 Metern auf der rechten Seite.

Vom Stadtpark kommend gehen Sie die Hindenburgstraße hoch in Richtung Rathaus und finden uns kurz vor dem Ende der Straße auf der linken Seite – etwa 80 Meter hinter der Einmündung Richtweg.

Achtung: Die Hindenburgstraße ist eine Einbahnstraße! Mit dem Auto kommen Sie also nur aus der Richtung Rathaus zu uns.

Wenn Sie uns lieber mit dem Bus erreichen möchten, nehmen Sie entweder die Linie 658 oder die Linie 675. Die Haltestelle „Rathaus“ liegt direkt vor unserer Tür.

Selbsthilfegruppe

Bipolare Störung

Depression und Manie

Die Achterbahn der Gefühle

