



Angehörigengesprächsgruppe

Im Kontakt bleiben – Kommunikation zwischen Nähe und Distanz

Als offene, selbstorganisierte und selbstmoderierte Angehörigen-Gesprächsgruppe von Menschen mit psychischen Krisen möchten wir unsere persönlichen Erfahrungen zum Thema machen: Wie gelingen Beziehungen, wenn Kommunikation erschwert oder auch abgebrochen wird? Wie können wir in herausfordernden Situationen in Kontakt mit uns selbst und mit unserem Gegenüber bleiben und/oder kommen?

Hintergrund: Mit dem Auftreten einer psychischen Krise in der Familie oder im Freundeskreis kann es zu tiefgreifenden Beziehungsveränderungen und Belastungen für alle Beteiligten kommen. In dieser Situation kann Kommunikation eine Brücke sein.

Aus diesem Grunde möchten wir die Gesprächsgruppe thematisch aufstellen und verschiedene Möglichkeiten der Kommunikation reflektieren und uns insbesondere mit der Gewaltfreien Kommunikation auseinandersetzen. Sie unterstützt uns dabei, auch in herausfordernden Situationen in Verbindung zu bleiben – mit uns selbst und mit anderen.

Die Gruppe richtet sich an alle Angehörigen. Der vertrauensvolle Rahmen der Gruppe ermöglicht es, eigene Themen einzubringen und neue Kommunikationswege auszuprobieren. Die Gestaltung der Treffen erfolgt partizipativ. Alle Teilnehmenden bringen sich entsprechend ihrer Möglichkeiten, Bedürfnisse und Ideen in die Organisation und Ausrichtung der Gruppe ein.

Die Gruppe findet regelmäßig statt.

Wann: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat in der Zeit von 18:00 bis 19:30

Wo: In den Räumen der Geschäftsstelle des ApK 10713 Berlin in der Mannheimer Str. 32,