



**SELBSTHILFEAARGAU**

Selbsthilfegruppe

## **Eltern von Jugendlichen mit einer psychischen Erkrankung**

**Bei einer psychischen Erkrankung sind nicht nur die Betroffenen auf Unterstützung angewiesen. Auch für die Eltern stellt die psychiatrische Erkrankung ihres Kindes eine besondere Herausforderung dar und kann zu Schwierigkeiten im Umgang mit der Krisensituation führen.**

### **Mögliche Inhalte und Ziele der Gruppe:**

- Nicht mehr allein sein mit der anhaltenden emotionalen Belastung
- Austausch über Gefühle wie Hilflosigkeit und Schuldgefühle, hohe Belastung, Trauer und Wut
- Austausch über Rücksicht nehmen, Helfen und dabei die eigenen Bedürfnisse nicht vergessen

### **Treffen**

Ort: Selbsthilfe Aargau, Rain 6, 1. Stock, 5000 Aarau

Zeit: 1 x monatlich, Dienstag von 19.00 bis 21.00 Uhr

Kosten: Fr.5.-

### **Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung**

Selbsthilfe Aargau

Tel. 056 203 00 20 oder per E-Mail [info@selbsthilfe-ag.ch](mailto:info@selbsthilfe-ag.ch)