

Gründungsinitiative:

Chamäleon – Junge Borderline- Selbsthilfegruppe ONLINE



© Photo by Laura Hayek on Unsplash

- * Fällt es dir schwer deine starken und impulsiven Emotionen zu kontrollieren?
- * Fühlst du dich oft leer und ist es nicht leicht für dich stabile Beziehungen zu führen?
- * Hast du übertriebene Angst davor verlassen zu werden und neigst dazu dich selbst zu schädigen?
- * Du bist zwischen 18 und 35 Jahre alt?

Dann geht es dir so wie uns!

In unserer Selbsthilfegruppe "Chamäleon" wollen wir uns damit beschäftigen, wie man mit Borderline „gut“ leben kann und gesundes Verhalten lernen. Wir möchten Skillsanwendung gemeinsam einüben und uns gegenseitig neue Wege zeigen.

Besonderen Wert legen wir dabei auf einen offenen, wertschätzenden Austausch unter Betroffenen, im geschützten Raum. Wir wünschen uns eine verbindliche Gruppe, in der Vertrauen wachsen kann. Deshalb ist eine möglichst regelmäßige Teilnahme an der Selbsthilfegruppe wichtig. Geplant ist, dass sich die Gruppe zunächst wöchentlich **ONLINE** trifft.

Melde dich möglichst bald, damit wir gemeinsam starten können!
Wir freuen uns auf dich!

Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

0 69.55 94 44

www.selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**