

Ein Wort an die Neuen in der Gruppe

Wir sind eine Selbsthilfegruppe, eine Gruppe, die nur aus Laien besteht. Es gibt keine Therapeuten oder Autoritäten. Wir sind alle gleichwertig und uns selbst verantwortlich. Jeder spricht nur von seinen eigenen Erfahrungen. Wir sollten also, wenn wir vom Gruppenabend enttäuscht sind, dieses keinem anderen anlasten.

Wenn Du nach dem ersten Treffen enttäuscht sein solltest, dann hast Du wahrscheinlich etwas anderes erwartet als das, was hier abgelaufen ist. Darum mache Dir Deine Vorstellungen bewußt und teile sie der Gruppe mit, denn keiner von uns kann erraten, was Du Dir erhofft hast.

Falls Du Deine Erwartungen vor der Gruppe nicht aussprechen magst oder kannst oder wenn Du keine bestimmten Vorstellungen hast und nach diesem Treffen zweifeln solltest, dann sprich darüber mit jemandem aus der Gruppe, der Dir sympathisch erscheint. Geh zu einem der nächsten Treffen, denn jedes Treffen verläuft etwas anders, je nach der Zusammensetzung der Teilnehmer und der jeweiligen Stimmung der Einzelnen. Denke daran: Wir alle sind Betroffene.

**Die Selbsthilfegruppe:
Vom ICH zum WIR
...mit DIR ©**