

Selbsthilfegruppe Impulskontrollstörung – Skin Picking / Trichotillomanie / Onychophagie

In dieser Gruppe treffen sich Betroffene, welche mit Impulskontrollstörungen wie Skin Picking (Dermatillomanie/Akne excoriée), selbstschädigendem Haare ausreissen (Trichotillomanie) und Nägelkauen (Onychophagie) leben.

Die Selbsthilfegruppe ermöglicht, in einem geschützten Rahmen Erfahrungen, Informationen und Tipps zur Bewältigung des Alltags auszutauschen. Die Gespräche helfen, die Erkrankung besser zu verstehen, sie annehmen zu lernen und besser mit ihr umzugehen. Es tut gut, sich ernst genommen, verstanden und nicht mehr allein zu fühlen und sich gegenseitig zu ermutigen.

Die Gruppe ist offen für Mitglieder, welche bereit sind, sich auf einen offenen und regelmässigen Dialog einzulassen und die Selbsthilfegruppe ergänzend zu einer therapeutischen Begleitung besuchen möchten.

Weitere Informationen und Angaben zur Kontaktmöglichkeit über: