

SELVSKADE

Aarhus Dokk1

Tirsdag d. 22. marts kl. 19.00-21.30



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom.



KOM TIL TEMAFTEN OM SELVSKADE

Selvskade er ikke en selvstændig diagnose, men optræder ofte i forbindelse med psykiske lidelser. Selvskade kan defineres som når en person direkte og bevidst udøver skade på sig selv uden en intention om at begå selvmord. Den selvskadende adfærd er snarere et forsøg på at håndtere og regulere svære tanker og følelser. Den anvendes typisk som en mestringsstrategi med et ønske om at lindre psykisk smerte eller at straffe sig selv. Selvskade forekommer i rigtig mange former. Hvordan og med hvad man påfører skade, er altså ikke afgørende. Selvskade har nemlig rigtig mange forskellige ansigter - og ikke alle former efterlader fysiske ar.

Kom til en spændende temaaften, hvor en fagperson vil fortælle mere om den selvskadende adfærd og hvordan man kan håndtere dette. Mød desuden Troels som har brugt selvskadende mestringsstrategier for at kunne klare livet.

OPLÆG VED:

Ketty Bach - Psykolog

Troels Torp - Ambassadør for EN AF OS

- » **Sted** Dokk!, Hack Kampmanns Plads 2, 8000 Aarhus
- » **Pris** 50 kr.
- » **Tilmelding** Online via www.psykinfomidt.dk
- » **Arrangør** Aarhus kommune, PsykiInfo Midt - Region Midtjyllands psykiatriske informationscenter

Læs mere om arrangementet og flere temaaftener på www.psykinfomidt.dk