

ÜBER UNSEREN VEREIN

Wir wollen die Experten in eigener Sache und ihre Angehörigen dabei unterstützen, ihre Lebenssituation zu verbessern. Dazu ermöglichen wir über verschiedene Veranstaltungsformate einen Informations- und Erfahrungsaustausch, sowohl zwischen den Experten in eigener Sache, Angehörigen und professionellen Helfern wie auch innerhalb dieser Gruppen. Wir sind dabei offen für Kooperationen mit Menschen, Einrichtungen und Institutionen, die ein humanistisches Menschenbild aktiv leben. Durch diese Zusammenarbeit, Öffentlichkeitsarbeit und die Einflussnahme auf politisch und organisatorisch Verantwortliche wollen wir auch die noch bestehenden Diskriminierungen und Stigmatisierungen abbauen.

Die Gründung unseres Vereins entstand im Jahr 2008 aus einer Angehörigeninitiative heraus, die sich zunächst in 2006 als Selbsthilfegruppe zusammengefunden hatte.

Sieben Angehörige übernahmen Verantwortung für die Suche nach Antworten, die ihnen niemand geben konnte.

Heute sind wir in unserer Vorstandsarbeit, wie auch in den aktiven Leitungen unserer Gruppen sowohl trialogisch als auch generationsübergreifend vertreten.



ANGEBOTE

Auf der Homepage www.borderline-kassel.de sind die aktuellen Termine und Gruppenzeiten zu finden.

Treffpunkt für alle Gruppenangebote:

KISS, Treppenstraße 4, 2. OG, 34117 Kassel

Borderline Trialog

(offene Gruppe)

Hier begegnen wir uns als Experten in eigener Sache, Angehörige und professionelle Helfer auf Augenhöhe, jenseits festgelegter Rollen und definierter Abhängigkeiten. Wir bieten einen zeitlich begrenzten Raum für zwischenmenschliche Begegnungen. Wir fördern die Bereitschaft zum Perspektivwechsel, laden ein zum Mitdenken, Mitfühlen und Mithandeln.

Unsere Haltung ist geprägt von dem Bemühen um eigenverantwortliches, selbstwirksames Handeln, damit Selbstbestimmtheit in Verbindung mit Mitmenschlichkeit wachsen kann. Unser Blick ist bedürfnisorientiert.

Wir fragen nicht nach dem *Warum* – wir fragen nach dem *Wofür*. Wir suchen im Schweren das Leichte, im Dunkeln das Licht.

Termin: Jeden 1. Mittwoch im Monat von 18 Uhr bis 20 Uhr, nicht während der hessischen Schulferien.

*„Bei sich beginnen, aber nicht bei sich enden,
bei sich anfangen, aber sich nicht selbst zum
Ziel haben.“*

Martin Buber

*„Jenseits von richtig und falsch
gibt es einen Ort, dort begegnen wir uns“*

Rumi

Angehörigengruppe

(offene Gruppe)

In unserer Angehörigengruppe bieten wir einen geschützten Raum des Austausches für Mitbetroffene (z. B. Familienangehörige, Partner, Freunde).

Für alle Menschen im sozialen Umfeld einer Borderline-Thematik

Termin: Jeden 2. Mittwoch im Monat von 18 Uhr bis 20 Uhr, nicht während der hessischen Schulferien.

„Rabenmütter“

(nur nach Anmeldung und Vorgespräch)

Für Mütter und Väter mit Borderline, die Kinder von 0 bis 18 Jahre haben.

Monatlich, nicht während der hessischen Schulferien

„Kaleidoskop“ - Borderline-Erfarene

(nur nach Anmeldung und Vorgespräch)

Unterstützungsangebot für Borderline-Erfarene als Austauschplattform.

Monatlich, nicht während der hessischen Schulferien

Für weitere Details bitte auf der Homepage nachschauen, per E-Mail oder telefonisch mit uns Kontakt aufnehmen.



ROM1 Ressourcenorientiertes Borderline-Manual

BP1 – besondere Persönlichkeiten

Bei Menschen mit besonderer Persönlichkeit sind prägnante Veränderungen innerhalb der Persönlichkeitsstrukturen und des Verhaltens zu sehen. Diesen Veränderungen liegen keine körperlichen Dysfunktionen zu Grunde.

Sie umfassen die verschiedenen Lebensbereiche des Denkens, Fühlens und Handelns und bereichern oftmals das Leben dieser Persönlichkeiten. Besonders beeindruckend ist das vielfältige Repertoire an Bewältigungsstrategien, welche in Krisen und anderen schwierigen Lebenssituationen angewandt werden, um diese kreativ überwinden zu können.

BP1-CBP – leidenschaftlich, flexible Persönlichkeiten (Cross-Border-Personality)

1. Leidenschaftliches Bemühen, tatsächliches oder vermutetes Verlassenwerden zu vermeiden; eine hohe Bindungsbereitschaft; die häufig zu diesem Zweck eingesetzten mutigen Handlungen zeichnen sich aus durch extrem hohe Flexibilität, Spontanität und verblüffende Intuition.
2. Ein Muster intensiver zwischenmenschlicher Beziehungen, das geprägt ist durch Aufgeschlossenheit, Offenheit und Fürsorglichkeit; dies begünstigt durch ein hohes Maß an Empathie-Fähigkeit (die Gabe sich in sein Gegenüber hineinzusetzen) eine aufmerksame, fürsorgliche und treue Lebensbegleitung.
3. Eine kreative Selbstwahrnehmung mit ausgeprägten Episoden der Experimentierfähigkeit und permanenter Selbstreflexion sowie ein hohes Maß an Offenheit;
4. unbekümmertes Handeln in mindestens zwei Bereichen des Lebens, z.B. lustvolles Essen oder spontane Einkäufe;

5. konsequentes, eigenverantwortliches und klares Handeln in Bezug auf die Frage nach dem Fortführen des eigenen Lebens oder den Gebrauch des eigenen Körpers; ein hohes Maß der Fähigkeit zum Selbstschutz und der Anwendung von Lösungsstrategien zum Abwenden der Verletzung anderer;
6. affektiver Stimmungswandel mit Episoden hoher Kreativität und tief sinniger Gedanken;
7. ein ausgeprägter Selbstschutzmechanismus mit der Fähigkeit äußere negative Einflüsse ausblenden zu können; kämpferische Züge sowie ein hohes Maß an Widerstandsfähigkeit;
8. leidenschaftliche Emotionen sowie ein hohes Maß an Lernfähigkeit, Durchhaltevermögen und Standhaftigkeit;
9. die Fähigkeit sich durch Fantasie, Kreativität oder Fokussierung äußeren Belastungen zu entziehen bzw. diese auszublenden.

Dieses Manual befindet sich in stetiger Weiterentwicklung. Es dient als Gegengewicht zum pathologischen Blick (ICD- u. DSM-Brille).

Redaktionelle Verantwortung: Bärbel Jung, Praxis für Beziehungskompetenzen, Kassel 2017

Borderline Dialog Kassel e.V.

info@borderline-kassel.de
www.borderline-kassel.de
Telefon: 0561 57059831

Postfach 410340
34065 Kassel

Bankverbindung
IBAN: DE42 5205 0353 0243 0080 47
BIC HELADEF1KAS

Borderline-Klassifikation nach ICD-10

Die **emotional instabile Persönlichkeitsstörung** umfasst nach ICD-10 zwei Unterformen: den **impulsiven Typ (F60.30)** und den **Borderline-Typ (F60.31)**

Für den impulsiven Subtyp müssen mindestens drei der folgenden Verhaltensweisen vorliegen:

- deutliche Tendenz, unerwartet und ohne Berücksichtigung der Konsequenzen zu handeln,
- deutliche Tendenz zu Streitereien und Konflikten mit anderen, vor allem dann, wenn impulsive Handlungen unterbunden oder getadelt werden,
- Neigung zu Ausbrüchen von Wut oder Gewalt mit Unfähigkeit zur Kontrolle explosiven Verhaltens,
- Schwierigkeiten in der Beibehaltung von Handlungen, die nicht unmittelbar belohnt werden, unbeständige und launische Stimmung.

Für den Borderline-Subtyp müssen drei Kriterien des impulsiven Subtyps zutreffen sowie zusätzlich zwei der folgenden Eigenschaften:

- Störungen und Unsicherheit bezüglich Selbstbild, Zielen und inneren Präferenzen (einschließlich sexueller),
- Neigung, sich in intensive, aber instabile Beziehungen einzulassen, oft mit der Folge von emotionalen Krisen,
- übertriebene Bemühungen, das Verlassenwerden zu vermeiden,
- wiederholte Drohungen oder Handlungen mit Selbstbeschädigung,
- anhaltendes Gefühl von Leere.

Der impulsive Typus ist „vorwiegend gekennzeichnet durch emotionale Instabilität und mangelnde Impulskontrolle“. Dagegen ist der Borderline-Typus „zusätzlich gekennzeichnet durch Störungen des Selbstbildes, der Ziele und der inneren Präferenzen, durch ein chronisches Gefühl von Leere, durch intensive, aber unbeständige Beziehungen und eine Neigung zu selbstdestruktivem Verhalten mit parasuizidalen Handlungen und Suizidversuchen.“

Das DSM-5 unterscheidet nicht zwischen diesen beiden Unterformen.

„Schenkt das Leben
dir eine Zitrone,
mach Limonade daraus.“