

## **Trainingsprogramm für Mitbetroffene von Borderline - Patientinnen und Patienten**

-  
**Die Vitos Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie** bietet Mitbetroffenen von Borderline -Betroffenen ein umfangreiches alltagsnahes Trainingsprogramm (Psychoedukation) für den Umgang mit einer Borderline – Persönlichkeitsstörung in Familie, Partnerschaft und Beruf nach dem dialektisch - behavioralen Konzept (DBT) von Prof. Bohus für Angehörige an.

**Es sind acht bis zehn gemeinsame Abende geplant.**

**Wann:** Immer Dienstag, in 14täg. Rhythmus, von 18 h bis 20h

**Wo:** Vitos Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Kassel  
Konferenzraum 91, EG Wilhelmshöher Allee 345A 34131 Kassel

### **Was ist Borderline?**

Die Borderlinestörung (BPS) oder auch **emotional instabile Persönlichkeitsstörung** ist eine psychische Störung, die die Betroffenen selbst und deren soziales Umfeld häufig an die Grenzen der emotionalen Belastbarkeit führt.

Menschen mit BPS **reagieren sensibler auf gefühlsmäßige Reize** und lassen sich **leichter von Gefühlen anstecken**.

**Emotionen sind stärker ausgeprägt und werden intensiver erlebt**, was in alltäglichen Situationen zu Schwierigkeiten führen kann.

Menschen mit BPS erleben eine **Unsicherheit bezüglich der eigenen Identität und Integrität**. Oft besteht ein **anhaltendes Gefühl innerer Leere, und anders zu sein als andere**. Daraus ergeben sich **Schwierigkeiten im Selbstbild und im Kontakt** mit dem Umfeld.

**Langfristige, Halt gebende Beziehungen können nur schlecht aufgebaut werden**, so dass ein unterstützendes soziales Netzwerk oft nicht besteht.

Auf der **Verhaltensebene kommt es bei über der Hälfte der Betroffenen zu selbstschädigendem Verhalten**, dabei sind am auffälligsten die selbstzugefügten Schnittwunden. Aber auch übermäßiger Alkoholkonsum zur Spannungsreduktion, Drogenkonsum, Hochrisikoverhalten und Essstörungen gehören dazu.

### **Inhalte des Trainings**

Eine psychische Erkrankung macht alle zu Betroffenen, lässt niemanden unberührt. Dieses Training befasst sich vor allem damit, wie Sie als Mitbetroffene Ihr Kind/Partner/Freundin/Kollegen unterstützen können und dabei Ihre eigenen Grenzen wahren. Sie lernen die emotionale Herausforderung zu verstehen und einen förderlichen Umgang mit extremen Gefühlen und Verhalten.

Sie lernen wieder Ihr eigenes Leben in den Mittelpunkt zu stellen. Ein wichtiges Gut, um selbst gesund und stabil zu bleiben. **Dies die Chance für den /die Betroffene zur Übernahme von notwendiger Eigenverantwortung für den Weg in ein selbstbestimmtes Leben.**

### **Konzept**

Das Konzept ist in Zusammenarbeit mit der ehemaligen Oberärztin unserer Borderline -Station, Frau Dr. Martine Micol-Grösch und Frau Bärbel Jung, Praxis für zwischenmenschliche Beziehungen, Vorsitzende des Borderline Dialog Kassel e.V. gewachsen, und speziell auf die Bedürfnisse der Mitbetroffenen abgestimmt worden.

**Weitere Informationen und Anmeldung** Bärbel Jung, Praxis für Beziehungskompetenzen,  
Familien-Forum Kassel Stadtteilzentrum Vorderer Westen Raum 1+2  
Elfbuchenstraße 3, 34119 Kassel Tel: 0561 570 598 30, E-Mail: [praxis@baerbeljung.de](mailto:praxis@baerbeljung.de)