

Was bedeutet BPS?

Borderline-Persönlichkeits-Störung

Anzeichen für eine Borderline-Persönlichkeits-Störung (BPS) sind häufig gestörte zwischenmenschliche Beziehungen mit impulsivem und instabilem Verhalten.

Es handelt sich um ein schwerwiegendes psychiatrisches Krankheitsbild, das auch als emotional instabile Persönlichkeitsstörung des Borderline-Typs bezeichnet wird.

BPS –Diagnose

Nicht alle Symptome müssen bei BPS-Betroffenen gleichzeitig auftreten. Sie können sich zum Teil auch mit anderen psychischen Erkrankungen überschneiden, oder auch gar nicht vorkommen.

Deshalb sollte die gesicherte Diagnose einer Borderline-Persönlichkeits-Störung, nur von Experten z.B. Ärzten, Psychologen, Psychotherapeuten oder Psychiatern gestellt werden.



Borderline **Angehörige** Selbsthilfe

Borderline **Angehörige** Selbsthilfe

Borderline **Angehörige** Selbsthilfe

Mögliche Borderline Symptome:

- Instabilität in Beziehungen und des Selbstbildes
- extreme Idealisierung & Abwertung
- Schwarz-Weiß-Denken
- chronisches Gefühl der Leere
- Angst vor Zurückweisungen und des Verlassenwerdens
- extreme Stimmungsschwankungen
- impulsives & manipulatives Handeln.
- aggressives Benehmen
- selbstverletzendes Verhalten
- Missbrauch von gesundheitsschädlichen Substanzen

Weitere Selbsthilfegruppen

Im Landkreis Lörrach gibt es derzeit rund 100 Selbsthilfegruppen bzw. selbsthilfebezogene Initiativen zur gemeinsamen Bewältigung von Krankheiten sowie gesundheitlichen, psychischen oder sozialen Problemen.

Weitere Informationen sind unter www.loerrach-landkreis.de/shg zu finden.

Warum Selbsthilfegruppe

In einer Selbsthilfegruppe für Angehörige treffen sich Menschen, die von den Auswirkungen einer psychischen Krankheit aus ihrem sozialen Umfeld betroffen sind und nach Verständnis, Aussprache und Lösungen suchen.

Sie können in der Gruppe über ihre Schwierigkeiten im Alltag sprechen, voneinander lernen und sich gegenseitig Mut machen.

Zielgruppe

Es sind Angehörige zur Selbsthilfegruppe eingeladen, wenn bereits eine BPS (Borderline-Persönlichkeits-Störung), durch einen Arzt, Psychologen, Psychiater, oder Psychotherapeuten oder gestellt wurde.

Anmeldung

An der Selbsthilfe-Gruppe interessierte können über die E-Mail-Adresse der Angehörigen-Gruppe:
borderline.angehoerige.loe@gmx.de
Kontakt aufnehmen.

Warum kann für einen Angehörigen die Selbsthilfegruppe vorteilhaft sein?

Nicht nur für Borderliner ist der Umgang mit der Störung eine große Belastung, sondern auch für ihr soziales Umfeld. Folglich kann die Borderline-Persönlichkeits-Störung eine negative Auswirkung auf die Lebensqualität der Angehörigen haben. Im Gesundheitswesen gibt es kaum Hilfeleistungen für Angehörige, deshalb kann eine Selbsthilfegruppe vorteilhaft sein durch:

Ablauf der Treffen

- Die Treffen dauern ca. 2 Stunden.
- Die Teilnehmerzahl beträgt zwischen 6 und 12 Personen.
- Je nach Anzahl der Interessierten, kann es zu Wartezeiten kommen, deshalb werden ggf. Wartelisten geführt. Die Nachrücker werden informiert.
- Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist freiwillig und kostenlos und es ergeben sich keine vertraglichen Verpflichtungen.
- Bei einem evtl. Austritt ist keine Kündigung erforderlich, um eine kurze Information der Gruppe wird gebeten.

Borderline Angehörige Selbsthilfe

Borderline Angehörige Selbsthilfe

Borderline Angehörige Selbsthilfe

Treffpunkt der Gruppe

Die **BAS** (Borderline Angehörige Selbsthilfegruppe) trifft sich einmal im Monat, **jeweils am letzten Mittwoch um 18:00 Uhr**, im FREIraum der Fritz-Berger-Stiftung im 2. OG über dem Glashaus (Chesterplatz 8, 79539 Lörrach).

Nach vorheriger Kontaktaufnahme mit der Gruppe, können Interessierte an den Gruppentreffen teilnehmen.

- den Austausch mit anderen Angehörigen
- der Teilnahme an der Gruppe, denn sie wirkt der Einsamkeit & Isolation entgegen
- die Aussprache, denn sie kann bei Sorgen und Ängsten helfen
- den Gewinn an Alltagskompetenz und Lebensqualität

Wer leitet eine Selbsthilfegruppe?

Die neue Selbsthilfegruppe handelt eigenverantwortlich und wird ehrenamtlich von einer engagierten Mutter aus der Gruppe organisiert und moderiert.

Sie selbst hat eine Tochter mit einer BPS-Diagnose und fühlt sich, wie viele in ihrer Situation, oftmals allein, hilflos und verzweifelt und hat auch deshalb die Gründung der Gruppe organisiert.