

Omgaan met Borderline

Een cursus voor familieleden en partners van mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis

Borderline persoonlijkheidsproblematiek

Omggaan met iemand met borderline persoonlijkheidsproblematiek is voor veel mensen ingewikkeld en vaak ook verwarrend. Dat komt omdat iemand met borderline vaak impulsief handelt en last heeft van veel en voor u mogelijk onbegrijpelijke stemmingswisselingen. Vooral naaste familieleden en partners kunnen op den duur het gevoel krijgen 'op' te zijn. Zij kunnen de zorg voor hun familielid met borderline dan nauwelijks meer opbrengen.

Voor deze familieleden organiseert Preventie GGZ Leiden de cursus "Omgaan met Borderline".

Voor wie?

Als u zich in het bovenstaande herkent, kan de cursus een goede plek voor u zijn. Er zijn groepen voor *ouders* en voor *partners* van mensen met borderline. Bij voorkeur nemen beide ouders deel aan de cursus. Bij voldoende aanmeldingen organiseren we een aparte groep voor *andere directbetrokkenen* van mensen met borderline, zoals broers, zussen en andere 'belangrijke naastbetrokkenen'. Van belang is dat de diagnose 'borderline persoonlijkheidsstoornis' gesteld is. Tenslotte is het belangrijk dat deelnemers bereid zijn en in staat hun eigen gedrag en houding kritisch onder ogen te zien.

Wat houdt de cursus in?

In de groep komen de volgende onderwerpen aan bod:

- hoe bewaak je je eigen grenzen zonder de persoon met borderline te laten vallen?
 - hoe ga je om met 'moeilijk' gedrag, met zelfverwonding en suicidaliteit?
 - hoe ga je om met de hulpverlening?
 - hoe kun je je 'eigen' leven blijven leiden en hoe organiseer je steun voor jezelf?
 - hoe ga je om met de (andere) kinderen in het gezin?
- Daarnaast is er ruimte voor eigen inbreng van de deelnemers.

Huiswerk

Cursisten ontvangen een werkboek met literatuur en huiswerkopdrachten. Met deze opdrachten gaan zij in hun eigen situatie aan het werk. Dit huiswerk kan soms een half tot heel uur per dag in beslag nemen. U wordt dus flink aan het werk gezet.

Aanmelden

U heeft geen verwijzing van uw huisarts nodig. Voorafgaand aan de cursus krijgt u een adviesgesprek. Samen met u kijken wij wat uw klachten zijn en of de cursus bij u past. Tijdens het gesprek krijgt u ook aanvullende informatie en kunt u uw vragen stellen.

De cursus bestaat uit 10 bijeenkomsten. Drie maanden na de laatste bijeenkomst vindt een terugkombijeenkomst plaats. De cursus wordt éénmaal in het voorjaar en éénmaal in het najaar georganiseerd. Aan de cursus kunnen max. 12 personen deelnemen.

Kosten

Informeer bij Preventie GGZ Leiden over de actuele kosten van de cursus.

Informatie en aanmelding

Voor meer informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met:

Preventie GGZ Leiden:

T: (071) 890 81 69, E: preventie@ggzleiden.nl.

Omgaan met Borderline

Een cursus voor familieleden en partners
van mensen met een borderline
persoonlijkheidsstoornis.

GGZ Leiden en omstreken

Preventie GGZ Leiden

Albinusdreef 7, Leiden

Postbus 750, 2300 AT Leiden

Tel. 071- 890 81 00

Fax. 071- 890 81 01

preventie@ggzleiden.nl

www.ggzleiden.nl/preventie

april 2010