



Omgaan met borderline

Groep voor naasten van mensen met borderline problematiek

Wanneer je ouder, kind, verzorger, partner, vriend of bekende bent van iemand met borderline, kun je je vaak in lastige en verwarrende situaties bevinden. Het gedrag van je naaste kan veel invloed hebben op je eigen leven en legt een zware druk op je dagelijkse routine.

De groep *Omgaan met borderline* biedt praktische handvatten om met deze uitdagingen om te gaan. Daarnaast is er ruimte om ervaringen te delen en van anderen te leren.

Tijdens de groep komen de volgende onderwerpen aan bod

- Wat is borderline persoonlijkheidsproblematiek?
- Hoe ga je om met het borderline-gedrag van je naaste?
- Technieken om je eigen grenzen te bewaken.
- Hoe voorkom je dat je zelf in problemen raakt?

Samenkomst: 1 x per week

Duur bijeenkomst: 2 uur

Aantal bijeenkomsten: 9

Materialen: Je krijgt een werkboek.

Optioneel: Ter ondersteuning kun je het boek *Borderline de baas* van Koos Krook lezen.
Dit wordt niet gebruikt tijdens de bijeenkomsten.

Kosten: Deelnemen kan in overleg met de behandelaar van je familielid/naaste of door middel van een eigen bijdrage van € 150,-.

Aanmelden of meer informatie?

Wil je meer weten of je aanmelden om deel te nemen?

Stuur dan een e-mail naar trainingen@ggze.nl.

Omgaan met borderline is een product van GGzE



GGzE

www.ggze.nl