

Omgaan met borderline

Cursus voor naastbetrokkenen

Omgaan met iemand met een borderlinestoornis is voor veel mensen ingewikkeld en vaak ook verwarrend. Dat komt omdat iemand met borderline vaak impulsief handelt en last heeft van veel 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 wie is de cursus bedoeld?

De cursus richt zich in eerste instantie op partners en ouders van mensen bij wie een borderline persoonlijkheidsstoornis is vastgesteld. Ook broers, zussen en andere belangrijke naastbetrokkenen kunnen zich aanmelden. Het gaat hierbij om naasten van cliënten die bij Yulius in behandeling zijn. Als dat niet het geval is, informeer dan naar de mogelijkheden bij het secretariaat. Belangrijk is dat u als deelnemer bereid en in staat bent uw eigen gedrag en houding kritisch te bekijken.

Doel van de cursus

Het doel van de cursus is dat u zich minder belast gaat voelen. Deelnemers aan de cursus leren om de persoon met borderlineproblematiek te steunen op een manier waarbij ze hun eigen grenzen bewaken. Hierdoor vermindert het risico dat de deelnemer zelf psychische klachten ontwikkelt. Uit onze ervaring blijkt dat dit vaak een positieve invloed heeft op het gedrag van degene met borderlineproblematiek.

Wat houdt de cursus in?

Deelnemers leren vooral om te gaan met het gedrag van de ander dat samenhangt met de borderlineproblematiek. Tijdens de cursus 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, zelfverwonding en suïcidaliteit?
- Hoe ga je om met de hulpverlening?
- Hoe kun je zelf gezond blijven leven?
- Hoe organiseer je steun voor jezelf?
- Hoe ga je om met de (andere) kinderen in het gezin?

Er is ruimte voor het uitwisselen van ervaringen aan de hand van de thema's die worden behandeld. Ook wordt informatie gegeven over wat een borderline persoonlijkheidsstoornis is en wat behandel- en begeleidingsmogelijkheden zijn. De cursus is geen therapiegroep of lotgenotengroep. In de cursus staat de deelnemer centraal en niet de persoon met borderlineproblematiek.

Praktische informatie

De cursus wordt regelmatig georganiseerd in zowel Dordrecht als Gorinchem en bestaat uit tien avondbijeenkomsten van 2,5 uur. Enkele weken na afloop is er een terugkombijeenkomst. Aan de cursus kunnen maximaal 10 personen deelnemen. Wij verwachten dat u aanwezig bent op alle bijeenkomsten, een actieve houding hebt en de huiswerkopdrachten maakt.

Voor de cursus begint, heeft u een telefonisch kennismakingsgesprek om te kijken of uw wensen passen bij de mogelijkheden die de cursus biedt. Er kunnen per cursus maximaal twee personen uit de directe kring van dezelfde persoon met borderlineproblematiek deelnemen.

Kosten

De kosten voor het cursusmateriaal (reader en boek) bedragen voor naasten van patiënten die worden behandeld binnen een polikliniek of kliniek van Yulius (Specialistische GGZ) of in het zorgpad chronisch van Indigo ZHZ € 50,-*.

De kosten voor overige deelnemers bedragen € 287,50,-*.

Deelnemers ontvangen thuis een factuur.

* prijzen onder voorbehoud

Aanmelden

Geïnteresseerden kunnen zich aanmelden bij het secretariaat van Indigo ZHZ (Indigo ZHZ is een onderdeel van Yulius). Het secretariaat is telefonisch bereikbaar van maandag t/m donderdag tussen 8.00 en 20.00 uur en op vrijdag tussen 8.00 en 17.00 uur via nummer 088 4050607 of via e-mail secretariaat@indigozhz.nl.

Yulius

Yulius is een mensgerichte ggz-instelling met bijna 70 locaties in de regio Rotterdam, Dordrecht, Gorinchem en Leerdam. Hier helpen we cliënten en leerlingen met psychische problemen op het gebied van wonen, leren en werken.

Yulius is bereikbaar
op telefoonnummer **088 40 50 600**.

www.yulius.nl

