

DBT I -Selbsthilfegruppe für Menschen mit Borderline Persönlichkeitsstörung

*Selbsthilfe-Treffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg
Boxhagener Str. 89
10245 Berlin Friedrichshain*

Tel: 030 291 83 48

Fax: 030 29 04 96 62

E-Mail: info@selbsthilfe-treffpunkt.de

Sprechzeit: Di und Fr 10-13 Uhr; Mi und Do 15-18 Uhr

Gruppentreffen: Mittwoch 19.15 - 21.15 Uhr

Gestützt auf die Dialektisch Behaviorale Therapie nach M. Linehan wollen sich Menschen mit traumabedingten Belastungen austauschen, gegenseitig helfen und ihr Leben positiv verändern. Dies geschieht im Rahmen von wöchentlich stattfindenden Treffen.

Angesprochen fühlen können sich Alle mit **Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS), einer Borderline (BPS) - und/oder anderen dissoziativen Störungen**. Damit eingeschlossen sind Menschen, die dysfunktionale (schädliche) Verhaltensweisen wie **Sucht, Essstörungen und selbstschädigendes Verhalten** jeglicher Art als (Über-)Lebensstrategie entwickelt haben.

Die Gruppe ist *prinzipiell* jeden 1. Mittwoch für Interessierte offen, allerdings *nur nach vorheriger Absprache*.

Es ist nötig in einem Vorgespräch die Regeln und den Ablauf zu besprechen, um Unruhe und Mißverständnisse in der Gruppenzeit zu vermeiden.

Wer sich noch in stationärer Behandlung befindet, muss bis nach der Entlassung auf die Teilnahme an der Selbsthilfe-Gruppe warten.

Vorwissen oder bestimmte Therapien sind keine Voraussetzung.

(Ohne therapeutische Anleitung; reine Selbsthilfe)

Homepage: <https://sites.google.com/site/dbtgruppe/home>

Telefonkontakt

Montags 15-17 Uhr

030 93935486