

ZIELE

Ziel des Gruppenseminars ist in erster Linie das voneinander lernen und der Erhalt von Beziehungen in all ihren verschiedenen Konstellationen, ohne dass einer der Beziehungspartner dauerhaft einem zu starken Leidensdruck unterliegt.

Wir wollen mit Hilfe verschiedener Übungen, Denkanstößen, Techniken zur Selbstfürsorge, Eigenverantwortung und Psychohygiene Raum für die bewusste Betrachtung Ihrer/ Deiner aktuellen, vergangener und zukünftiger Beziehungen im Borderline – Kontext schaffen, um eine Verbesserung Deiner/Ihrer Beziehungen zu erreichen, aber auch über Probleme, und Lösungsideen mit einander ins Gespräch zu kommen.

Borderline schmerzt nicht nur die Betroffenen selbst, sondern kann weite Kreise der Verzweiflung auch im Umfeld ziehen.

Wie sich jeder selbst schützen und verhalten kann, um trotzdem in Beziehung bleiben zu können ohne sich selbst aufzugeben oder zu verlieren, ist der rote Faden, der sich durch das 27 Wochen Programm ziehen soll. Von Erstarrung und Hilflosigkeit hin zu einer gesunden Portion Melancholie (engl. Happysad) und damit verbundener neu erlangter Handlungsfähigkeit – das ist unsere Vision.

Pilotprojekt

ermöglicht und finanziert durch

Novitas BKK



BKK- VBU



und

Stiftung seelische Gesundheit

HAPPYSAD

Gruppenseminar für Borderline -
Betroffene und
Angehörige/Partner/Freunde



*„Der Schmerz ist ein Bote, der eine
Botschaft für dich hat und dich fragt:
>> Nimmst du sie an oder muss ich jetzt
bei dir bleiben und chronisch werden?<<“*

Wir suchen Sie/ Dich....

...für ein wissenschaftlich begleitetes Pilotprojekt indem Menschen zusammenarbeiten, sich **austauschen** und **dazulernen** können, die **von der Borderline Störung betroffen und Angehörige** von Betroffenen sind. Ganz bewusst werden die zwei Gruppen a´10 - 15 Teilnehmer so zusammengestellt, dass Betroffene und Angehörige/ Partner/ Freunde zu gleichen Teilen von einander Perspektiven und Lösungsmodelle erfahren.

Zwei Gruppen werden zeitgleich **am 4. November 2017 starten**.

Jeden Samstag **10-12.30** werden **an 27 Samstagen** Fertigkeiten vermittelt, Kommunikation geübt, Achtsamkeit praktiziert und mit Humor und Offenheit gemeinsam auf das Dilemma Borderline geschaut.

Bist Du/sind Sie bereit, sich mit eigenen Möglichkeiten und Grenzen auseinanderzusetzen und bewusst in Austausch mit anderen Betroffenen/Angehörigen zu gehen, dann freuen wir uns auf die **Anmeldung bis 15. Juli 2017**.

Wir haben das Seminar entwickelt....

...um unsere eigenen Erfahrungen zu teilen
...unser Wissen weiterzugeben
...Mut zu machen, dass es sich lohnt, mit einander im Gespräch zu bleiben

Wir sind sehr gespannt auf das Projekt und freuen uns auf Sie/Dich

Katrin Zeddies

Mutter, Betroffene, Partnerin, Tochter
Heilerziehungspflegerin, Rehabilitationspsychologin (B. Sc.), systemische Familientherapeutin (DGSF), STEPPS Trainerin, Entspannungstherapeutin, Autorin, Gruppenleitung Selbsthilfegruppe für Borderline – Betroffene

&

Ingrid Zeddies

Mutter, Großmutter, Ehefrau, Angehörige
Ausbilderin, Sozialpädagogin, systemische Familientherapeutin, Familienhelferin und Gruppenleitung Selbsthilfegruppe für Angehörige der Borderline – Störung

ANMELDUNG

Name,
Vorname

Adresse

Telefon

Handy

E-Mail

Was bewegt Dich/Sie, teilnehmen zu wollen?
.....

Nach einem ersten Telefonat wird ein Termin zum persönlichen Vorgespräch mit Ihnen vereinbart.

Bitte diese Anmeldung senden an:

Katrin und Ingrid Zeddies

Im Haselwinkel 2a

12589 Berlin

oder

ingzeddies@aol.com