

Pressemeldung



Zwischen den Extremen – wenn die Emotionen Achterbahn fahren

Menschen mit einer Borderline Störung leiden häufig unter extremen Stimmungsschwankungen, sind psychisch instabil, sehr impulsiv und haben Schwierigkeiten soziale und stabile Beziehungen zu führen. Die emotionale Gefühlslage befindet sich in einem ständigen Spannungszustand, der kaum auszuhalten ist. Um die Anspannung abzubauen und sich zu spüren, verletzen sich einige Betroffene selbst oder setzen sich Gefahren aus oder legen anderes selbstzerstörerisches Verhalten an den Tag. Ein geringes Selbstwertgefühl und die Angst verlassen zu werden bei gleichzeitiger Abwehr von zu viel Nähe ist ebenfalls charakterisierend für diese Art der Persönlichkeitsstörung.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle sucht (therapieerfahrene) Betroffene, die Interesse haben sich mit anderen über ihre Erkrankung auszutauschen und gemeinsam Bewältigungsstrategien zu entwickeln. DBT-Erfahrung ist hilfreich, aber keine Voraussetzung für die Teilnahme. Der Besuch einer Selbsthilfegruppe kann sehr entlastend und bereichernd sein, ist jedoch kein Ersatz für eine medizinische oder therapeutische Behandlung. Die Selbsthilfegruppe wird sich einmal monatlich in Wesel treffen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle unter 02841 90 00 16 oder unter selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org