Kostenloser evidenzbasierter Online Kurs November 2026 für Angehörige von Borderline Betroffenen

Anmeldung und Infos über Ayanah Shina 078 707 00 29
ayanah.shina@gmail.com

FAMILY CONNECTIONS ™

FAMILY CONNECTIONS ist eine forschungsbasierte 12-wöchige Gruppe für Familienangehörige und nahestehende Personen von Menschen mit schweren Emotionsregulationsproblemen oder einer Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS).

Beispiele für Emotionsregulationsprobleme sind intensive und schnell wechselnde Emotionen, Schwierigkeiten mit Impulsivität oder extremer Wut, Rückzug, intensive oder chaotische Beziehungen, wiederholte Selbstverletzung oder Suizidalität, essensbezogene Probleme uvm.

Family Connections wurde in den USA von den Psychologen Perry Hoffmann und Alan Fruzzetti sowie unzähligen Familienangehörigen und Personen mit BPS entwickelt und ist eine Adaptation der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) nach Marsha Linehan für Familienangehörige.

ZIELE DES PROGRAMMS:

- Vermittlung von Wissen über die Ursachen, Symptome und Verhaltensweisen, die mit einer schweren Emotionsregulationsstörung in Verbindung stehen.
- Austausch mit und Unterstützung durch Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.
- Vermittlung und Üben von persönlichen und familienbezogenen Skills, um in zwischenmenschlichen Beziehungen wirkungsvoller zu sein.

PASST DIESES PROGRAMM FÜR SIE?

- Ich bin ein Familienangehöriger oder eine nahestehende Person eines Menschen mit Emotionsregulationsproblemen oder einer Borderline-Persönlichkeitsstörung.
- Ich möchte meine Beziehungen verbessern.
- Ich bin bereit, zu reflektieren, wie mein eigenes Verhalten meine Beziehungen beeinflusst.
- Ich bin bereit, neue Skills auszuprobieren, auch wenn sich diese zunächst ungewohnt anfühlen.
- Ich bin bereit, an allen Sitzungen teilzunehmen.
- Ich möchte mehr Wissen und neue Strategien für ein besseres Leben haben.

WIE LÄUFT FAMILY CONNECTIONS AB?

Das Programm wird von TrainerInnen durchgeführt, die speziell dafür geschult wurden. Die Sitzungen finden einmal pro Woche am Abend für 2 Stunden statt. Sie werden eingeladen, die Inhalte zwischen den Sitzungen zu vertiefen und die besprochenen Skills im Alltag auszuprobieren.

Nach der ersten Sitzung werden wir Ihnen eine Einwilligungserklärung für digitale Termine sowie einen Verhaltenskodex zukommen lassen. Wenn wir diese Dokumente von Ihnen unterschrieben zurückbekommen haben, erhalten Sie den Link für die weiteren Online-Termine.

ANMELDUNG

Bei Interesse melden Sie sich bitte bis **Ende Oktober** verbindlich bei Silke Becker (silke.becker@pfalzklinikum.de) oder Cornelia Haaß (cornelia.haass@pfalzklinikum.de) an.

Kostenloser Online Kurs: Family Connections für Borderline Angehörige

Anmeldung und Infos: Ayanah Shina ayanah.shina@gmail.com

Start: November 2026

Die Teilnehmeranzahl aus der Schweiz ist begrenzt.

Der Kurs wird von der Non-Profil-Organisation BPD Alliance https://bpdalliance.org/family-connections/ weltweit in 30 Ländern angeboten.

Pfalzklinikum