

Verantwortlich

Prof. Dr. Stephanie Krüger

Chefärztin des Zentrums für seelische Frauengesundheit

M. Sc. Psych. Silke Hemmerle

Leitende Psychologin des Zentrums für seelische Frauengesundheit



Wie komme ich zum Vivantes Humboldt-Klinikum?

U8 Rathaus Reinickendorf, 15 Gehminuten entfernt
Bus 220 ab Rathaus Reinickendorf (Ausgang Finanzamt Reinickendorf) bis Humboldt-Klinikum
Bus 124 ab Alt-Tegel bis Gorkistraße/Am Nordgraben, 5 Gehminuten entfernt

Parkplätze vor dem Klinikum sind vorhanden.

Vivantes
Humboldt-Klinikum
Department für seelische Gesundheit
Zentrum für seelische Frauengesundheit
Am Nordgraben 2
13509 Berlin

www.vivantes.de

Titelfoto:
© Photographee.eu – Fotolia.com

2018-02-02



Vivantes

Mutter sein mit Borderline Einladung zu einer Gruppe

Zentrum für seelische Frauengesundheit
Vivantes Humboldt-Klinikum

Vivantes
Humboldt-Klinikum

Liebe Mutter, liebe Patientin,

eines der wesentlichen Merkmale der Borderline-Erkrankung ist die Schwierigkeit, Emotionen zu regulieren. Negative Affekte wie Wut, Ärger und Aggression können schwer kontrolliert werden, positive Gefühle hingegen lassen sich oft nur schwer aushalten.

Bei unserem täglichen Umgang mit Patientinnen erleben wir immer wieder, welcher hohen zusätzlichen Belastung Mütter mit einer Borderline-Erkrankung ausgesetzt sind.

- Wie kann ich mich trotz der Erkrankung als gute Mutter wahrnehmen?
- Wie kann ich die eigenen Schwierigkeiten aus der Erziehung heraushalten?
- Wie kann ich verhindern, dass ich meine Aggressionen an meinem Kind auslasse?
- Wie kann ich meine eigenen Probleme mit Nähe und Distanz in den Griff bekommen?
- Wie lerne ich, die Bedürfnisse meines Kindes besser einzuschätzen?

Diese und andere Fragen werden uns sehr oft gestellt. Deshalb haben wir beschlossen, eine Gruppe anzubieten, die betroffenen Müttern in dieser schwierigen Situation hilft.

Wir laden Sie herzlich ein, an der Gruppe teilzunehmen!



Prof. Dr. Stephanie Krüger



M. Sc. Psych. Silke Hemmerle

Wer?

- Frauen mit Borderline-Erkrankung, die Kinder im Alter von bis zu 6 Jahren haben
- Patientinnen in der Frauen-PIA, zumindest für die Dauer der Gruppe

Wann und wo?

Geschlossene Gruppe, dienstags um 10.00 Uhr im Konferenzraum des Departments für seelische Gesundheit

Leitung

M. Sc. Psych. Silke Hemmerle

Gruppengröße

4–8 Teilnehmerinnen

Dauer

12 Sitzungen, jeweils 100 Minuten (inkl. 10-minütiger Pause)

Inhalte und Ziele

- Auswirkungen der Schwierigkeiten bei der Emotionsregulation auf das Erziehungsverhalten erkennen und eingrenzen
- Achtsamkeit
- Kindliche Grundbedürfnisse erkennen
- Stress und Stressbewältigung
- Struktur und Flexibilität in der Kindererziehung
- Umgang mit Konflikten lernen
- Umgang mit Gefühlen lernen
- Die Bedeutung des Körpers in der Kindererziehung
- Grundannahmen in der Kindererziehung
- Selbstfürsorge für Mütter
- Verbesserung des Selbstbildes als Mutter

Kommen Kosten auf mich zu?

Die Voraussetzung ist, dass Sie zumindest für die Dauer der Gruppentherapie – also ein Quartal (3 Monate) lang – bei uns behandelt werden. Dadurch entstehen keine Kosten für Sie.

Wie melde ich mich an?

Die Anmeldung erfolgt über Silke Hemmerle, die Psychologin, die die Gruppe leitet. Es erfolgt ein kurzes Vorgespräch, das dem ersten Kennenlernen dient und in dem die Abläufe der Gruppe erläutert werden.

silke.hemmerle@vivantes.de
Tel. 030 130 12 2464

Termine

Start der Gruppe ist der 10. April 2018.

Folgetermine:

17. April 2018
24. April 2018
08. Mai 2018
22. Mai 2018
29. Mai 2018
05. Juni 2018
12. Juni 2018
19. Juni 2018
26. Juni 2018
03. Juli 2018
10. Juli 2018