

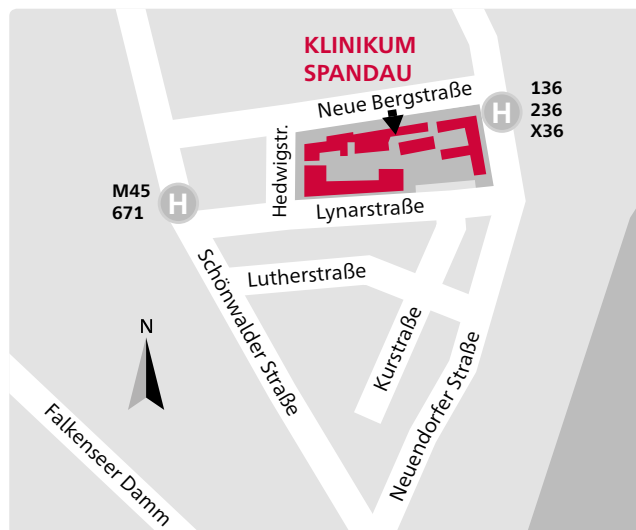
## Verantwortlich

**Prof. Dr. Stephanie Krüger**

Chefärztin des Zentrums für  
seelische Frauengesundheit

**M. Sc. Psych. Tobias Storz**

Leitende Psychologin des Zentrums  
für seelische Frauengesundheit



### Wie komme ich zum Vivantes Klinikum Spandau?




**S3, S9** bis Spandau oder **U7** bis Rathaus Spandau,  
weiter mit dem **Bus 136, 236, X36** bis Neue Bergstraße  
oder mit dem **Bus M45, 671** bis Hügelschanze

Parkplätze finden Sie in der Neuen Bergstraße und  
in der Lynarstraße.

### Vivantes Klinikum Spandau

Zentrum für seelische Frauengesundheit  
Akademisches Lehrkrankenhaus der  
Charité – Universitätsmedizin Berlin  
Neue Bergstraße 6 | 13585 Berlin  
[www.vivantes.de/ksp](http://www.vivantes.de/ksp)

### FOLGEN SIE UNS AUF:

 [www.instagram.com/vivantesgmbh](https://www.instagram.com/vivantesgmbh)  
 [www.facebook.com/vivantes](https://www.facebook.com/vivantes)  
 [www.twitter.com/vivantes](https://www.twitter.com/vivantes)

**Vivantes**  
Klinikum Spandau



Zentrum für seelische Frauengesundheit  
Vivantes Klinikum Spandau

## Mutter sein mit Borderline

Einladung zu einer Gruppe

Liebe Mütter, liebe Patientinnen,

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.  
Tobias Storz

### 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?

Offene Gruppe, wünschenswert wäre aber, wenn Sie von Anfang an dabei wären.  
Montags, 10:00 Uhr im Konferenzraum des Departments für seelische Gesundheit

### Leitung

M. Sc. Psych. Tobias Storz

### 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 die psychiatrische Institutsambulanz für seelische Frauengesundheit. Bitte kontaktieren Sie Herrn Storz, den Psychologen, der die Gruppe leitet. Es erfolgt ein kurzes Vorgespräch, das dem ersten Kennenlernen dient und in dem die Abläufe der Gruppe erläutert werden.

tobias.storz@vivantes.de

Tel. 030 130 12 2464

### Termine

Start der Gruppe ist der 9. September 2019.

Folgetermine:

16. September 2019  
23. September 2019  
30. September 2019  
07. Oktober 2019  
14. Oktober 2019  
21. Oktober 2019  
28. Oktober 2019  
04. November 2019  
11. November 2019  
18. November 2019  
25. November 2019