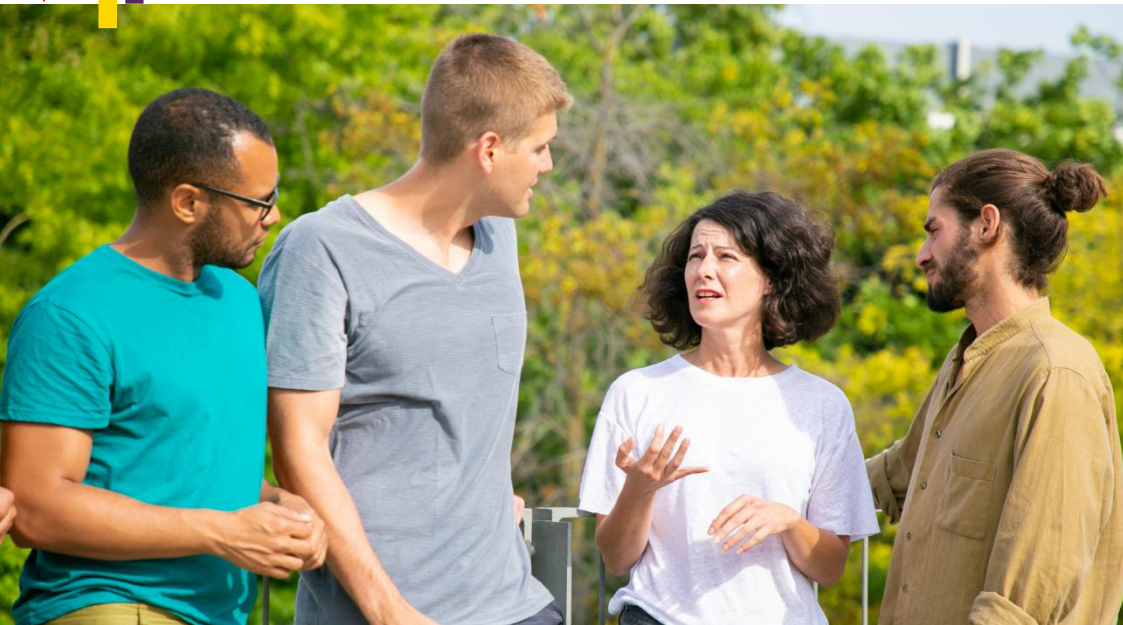




Connect

Pro Persona



Omgaan met borderline in Arnhem

Een cursus voor partners, familieleden en andere
naastbetrokkenen

Leven met iemand met borderline problematiek is zwaar. Iedereen dit meemaakt kan meepraten over de conflicten, de overbelasting, de machteloosheid en de eenzaamheid die dit met zich meebrengt. Veel naastbetrokkenen hebben het gevoel dat ze op eieren (moeten) lopen. Als uw vader of moeder, uw kind of partner een borderline stoornis heeft, is het soms moeilijk om consequent te blijven met het stellen van grenzen. Ook bent u misschien niet altijd in staat om begrip en sympathie op te brengen voor het gedrag van uw naaste met borderline. Het kost energie en tijd om de relatie goed te houden.

Ervaringen van anderen

Uitspraken van mensen die deze cursus eerder volgden:

- *'Ik begrijp nu veel meer van de stoornis en het gedrag.'*
- *'Ik weet nu dat ik niet alles op mijzelf hoeft te betrekken.'*
- *'Ik kan de problemen van mijn vriendin nu meer bij haar laten. Ook omdat ik nu weet dat dit voor ons beiden het beste is.'*

- *'Ik heb geleerd op een andere manier te communiceren met mijn dochter met borderline, waardoor de relatie verbeterd is.'*
- *'Fijn deze mensen, die mij tenminste echt begrijpen.'*

Voor wie

Herkent u de volgende signalen?

- vaak gespannen voelen;
- regelmatig een crisis thuis;
- kampen met schuld- en schaamtegevoelens;
- minder tijd voor uzelf hebben dan vroeger;
- bezorgd zijn over de toekomst.

Inhoud

'Omgaan met Borderline' is speciaal ontwikkeld voor mensen die hun relatie, met een naaste die borderline heeft, willen verbeteren. U krijgt tijdens de cursus meer inzicht in de gevolgen van borderline op uw leven. Ook leert u beter communiceren en omgaan met degene met borderline. Daardoor verbetert de relatie en voelt u zich sterker en beter in balans. Gaande het proces ziet u dat het gedrag beter te voorspellen is.

De volgende onderwerpen komen aan de orde:

- informatie over de gevolgen van borderline;
- richtlijnen voor de communicatie met iemand met borderline;
- handreikingen voor het omgaan met iemand met borderline;
- adviezen over het stellen en handhaven van grenzen;
- tips voor het behouden van tijd en aandacht voor uzelf;
- ervaringen van andere cursisten.

Deze cursus is geen therapie.

Praktische informatie

Preventie organiseert de cursus 'Omgaan met Borderline'.

Deze cursus bestaat uit 7 bijeenkomsten van 2 uur.

De cursusdata zijn:

Dinsdag 28 januari,
11 + 18 + 25 februari,
11 + 18 + 25 maart, 1 april 2025
van 18.30-20.30 uur

Locatie:

Pro Persona
Locatie De Braamberg
Wagnerlaan 2
6815 AG Arnhem

De kosten voor deelname bedragen € 30,- (cursusmateriaal)

Deze cursus is inwoners van de gemeente Arnhem, Duiven, Lingewaard, Overbetuwe, Renkum, Rheden, Rozendaal en Westervoort.

Informatie/aanmelden

Voor meer informatie of aanmelding voor de cursus kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met het secretariaat van Preventie (026) 312 44 83 of

preventie@propersona.nl
www.propersona.nl/preventie

Connect helpt

Pro Persona Preventie

T (026) 312 44 83

E preventie@propersona.nl

W www.propersona.nl/preventie

KvK nummer 41053219

Connect helpt bij jou in de
buurt, met behulp van jouw
vrienden en familie

propersonaconnect.nl

Connect
Pro Persona