

Thema Borderline Persönlichkeitsstörungen

Hilfreiche Kontakte und Informationen

Dialektisch Behaviorale Therapie- Sucht (DBT-S)

Ein Angebot der Station 15.1 C und der Tagesklinik im Park der LVR Klinik Bonn

Die Dialektisch Behaviorale Therapie Sucht (DBT-S) ist eine spezifische Behandlung für Patient*innen mit einer Suchterkrankung und einer „Borderline“-Persönlichkeitsstörung.

<https://klinik->

[bonn.lvr.de/media/lvr_klinik_bonn/medizinische_abteilungen/4_ap/aktuell_infoblaetter/2020_1/DBT-S_Flyer_09_2020_web.pdf](https://klinik-bonn.lvr.de/media/lvr_klinik_bonn/medizinische_abteilungen/4_ap/aktuell_infoblaetter/2020_1/DBT-S_Flyer_09_2020_web.pdf)

Seelofon – Beratung von Angehörigen

psychisch erkrankter Menschen per Telefon oder Email

Telefon: 0228 71002424

Email: seelofon@psychiatrie.de

Montag bis Donnerstag, 10:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 20:00 Uhr

Freitag, 10:00 bis 12.00 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr

BApK

Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen

Telefon: 0228 710 024-00

Email: bapk@psychiatrie.de

<http://www.bapk.de>

Hilfreiche Internetseiten

STEPPS-Dachverband

<https://www.dachverband-steps.de/>

<https://www.dachverband-steps.de/unser-angebot/fur-betroffene/gruppen/bundesland:Nordrhein-Westfalen>

www.borderline-community.de

Von Betroffenen gestaltete Webseite, die ein interessantes Forum hat. Auf eine Initiative der Nutzerinnen und Nutzer dieser Seite hin entstand die Zeitung GRENZPOSTen, die den Innovationspreis des Dachverbandes-DBT gewonnen hat.

www.borderline-plattform.de

Von Betroffenen gestaltete Website, die Basisinformationen über Borderline anbietet und eine gute Übersicht über Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige im Inland und im deutschsprachigen Ausland erhält.

www.borderlinetrialog.de

Website zum Thema Borderline- Trialog und Peer-Konzept. Übersicht über aktuelle Termine zu diesem Thema.

www.hansgunia.de

Website zur ambulanten Arbeit mit der Dialektisch-Behavioralen Therapie von einer Gruppe von Therapeuten in Darmstadt. Interessante Links zu Kliniken.

www.grenzposten.de

Eine Selbsthilfezeitung von Betroffenen für Betroffene, Angehörige und Fachleute.

Literatur

Erfahrungsberichte

- Knuf, Andreas: Leben auf der Grenze – Erfahrungen mit Borderline (2011)
- Knuf, Andreas: Gesundung ist möglich! Borderline-Betroffene berichten (2012)
- Labreche, Marie-Sissi: Borderline (2004)
- S., Tina: Inmitten vom Nirgendwo (2005)
- Detert, Peter/Prior, Ingeborg: Auf der Kippe. Wenn Ärzte, Justiz und Gesellschaft versagen –mein extremes Leben mit der Borderline-Erkrankung (2008)

Selbsthilfebücher

- Bass, Ellen/Davis, Laura/Ayche, Karin.: Trotz allem: Wege zur Selbstheilung für Frauen, die sexuelle Gewalt erfahren haben (2011)
- Knuf, Andreas/Tilly, Christiane: Borderline: Das Selbsthilfebuch (2018)
- Tilly, Christiane/Grefenberg, Melanie: Expedition Arbeit (2015)
- Smith, Maik/Gebhardt, Ralf-Peter: Hilfen für Menschen mit selbstverletzendem Verhalten (2009)
- Bohus, Martin/Wolf, Martina: Interaktives Therapieprogramm für Borderline-Patienten Patienten-Version [CD] (2013)

Ratgeber

- Rahn, Ewald/ Giertz, Karsten: Borderline- verstehen und bewältigen (2023)

Fachliteratur

- Bohus, Martin: Borderline-Störung (2019)
- Bohus, Martin/ Wolf, Martina: Interaktives Skillstraining für Borderline-Patienten
Therapeuten-Version (2017)
- Fonagy, Peter/ Gergely, György/ Jurist, Elliot L./ Target, Mary: Affektregulierung,
Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst (2019)
- Gunderson, John G.: Borderline: Diagnostik, Therapie, Forschung (2005)
- Kernberg, Otto F./ Dulz, Birger/Sachsse, Ulrich et al.: Handbuch der Borderline-
Persönlichkeitsstörungen (2011)
- Rahn, Ewald: Basiswissen: Umgang mit Borderline-Patienten (2007)
- Rentrop et.al. Psychoedukation Borderline-Störung, Elsevier GmbH (2007)
- Sachsse, Ulrich: Selbstverletzendes Verhalten (2015)
- Schoppmann, Susanne/Herrmann, Matthias/Tilly, Christiane: Borderline begegnen (2019)
- Schoppmann, Susanne: Dann habe ich ihr einfach meine Arme hingehalten:
Selbstverletzendes Verhalten aus der Perspektive der Betroffenen (2003)
- Tilly, Christiane/ Grefenberg, Melanie: Expedition Arbeit (2015)
- Young, Jeffrey E. et al.: Schematherapie: Ein praxisorientiertes Handbuch (2008)
- STEPPS Veröffentlichung von Dr. E. Rahn:
<https://link.springer.com/article/10.1007/s00729-020-00164-z>

Bücher zum Thema Trauma

- Trauma Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen (Reddemann/Dehner-Gau)
- Resilienz- und bindungsorientierte Traumatherapie (RebiT) (Romanus-Ludewig)
- Handbuch Trauma und Dissoziation (Fliß/Igney)
- Neue Wege aus dem Trauma. Erste Hilfe bei schweren seelischen Belastungen (Fischer,G.)
- (2013). Umgang mit traumatisierten Patienten (Gräbener,J.)
- Erste Hilfe für traumatisierte Kinder (Krüger)
- Powerbook 1 & 2 (Krüger)
- Zart war ich, bitter war's. Handbuch gegen sexuellen Mißbrauch.(Enders,U.)

Bücher zum Thema Achtsamkeit

- Das Wunder der Achtsamkeit (Thich Nhat Hanh)
- Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie (Heidenreich/Michalak)
- Das achtsame Gehirn (Siegel, Daniel)
- Der Innere Garten. Ein achtsamer Weg zur persönlichen Veränderung (Huber,M.)
- Selma (Bauer,Jutta)
- Achtsamkeit, Entscheidung für einen neuen Weg. (Alois Burkhard)

Für Helferteams (Angehörige/Freund/innen)

- Kreger, Randi/Mason Paul T./ Merschmann, Brigitta: Schluss mit dem Eiertanz: Für Angehörige von Menschen mit Borderline (2009)
- Kreger, Randi/Shirley, James Paul/ Merschmann, Brigitta: Das Schluss mit dem Eiertanz- Arbeitsbuch. Für Angehörige von Menschen mit Borderline: Praktische Strategien für das Zusammenleben mit Menschen, die an einer Persönlichkeitsstörung erkrankt sind (2015)