

Skillstraining

Der Verein Das Dach bietet für seine KlientInnen eine ambulante Skillsgruppe auf der Grundlage der Dialektisch Behavioralen Therapie nach Marsha M. Linehan an.

Zielgruppe sind vornehmlich KlientInnen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung, grundsätzlich können jedoch auch andere KlientInnen mit Störungen der Emotionsregulation teilnehmen.

Alle TeilnehmerInnen befinden sich in fachärztlicher Behandlung und werden in einem der Dienste / einer der Einrichtungen des Vereins betreut. Das Skillstraining findet in Absprache mit dem behandelnden Arzt statt.

In Ausnahmefällen können auch Personen aufgenommen werden, die nicht durch eine der Einrichtungen des Vereins Das Dach e.V. betreut werden.

Die Trainingseinheiten orientieren sich am Manual zum Skillstraining zur Dialektisch Behavioralen Therapie nach Marsha M. Linehan und an dem Manual Interaktives SkillsTraining für Borderline-Patienten von Martin Bohus und Martina Wolf.

Die Teilnahme am Skillstraining wird vertraglich geregelt.

Ziele

- Achtsamkeit
- Regulation von Stimmungsschwankungen
- Spannungs- und Frustrationstoleranz
- Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen
- Verminderung sozialer Ängste
- Steigerung des Selbstwertgefühls

Leistungen

- Wöchentliche Trainingssitzungen
- TrainerInnen geschult durch die Arbeitsgemeinschaft Wissenschaftliche Psychotherapie, Berlin
- Umfangreiches Informations- und Arbeitsmaterial

Ansprechpartner:

Anja-Katrin Schneider
Telefon: (05231) 92670-17

ak.schneider@das-dach-ev.de