Junge Selbsthilfe
Borderline

WWW.JSH.AC

Neugründung: **Junge Selbsthilfe Aachen – Borderline**

für Menschen von 18 bis 35 Jahren

Wir werden eine neue Gruppe für junge Menschen im Alter von 18 bis 35 Jahren mit **BPS (Borderline Persönlichkeitsstörung)**. Hauptziel unserer Treffen soll der gemeinsame Austausch sein und Unterstützung bei der Alltagsbewältigung. Weitere Themen wie

- Impulsivität
- instabile zwischenmenschliche Beziehungen
- grenzüberschreitendes Verhalten
- Selbstwahrnehmung
- Ängste, Panikattacken
- Umgang mit Anspannung
- Trigger, Dissoziationen oder sonstige traumabezogene Symptome und Komorbiditäten

können hier besprochen werden.

Voraussetzung zum Besuch der Gruppe ist die Anbindung an eine psychiatrische und/oder psychologische/psyhotherapeutische Behandlung.

Auftakttermin: Mittwoch, 25.10.2023 um 19:30 Uhr bis 21.00 Uhr (online oder Präsenz wird bekannt gegeben).
PS: Unsere Treffen sollen im Wechsel digital und in Präsenz stattfinden.

Kontakt: borderline@jsh.ac

JSH.AC
Arbeitskreis Junge Selbsthilfe Aachen
Postfach 10 01 47
52001 Aachen