



# Skillsgruppe für Patientinnen und Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörung

Die DBT-Skillsgruppe ist ein gruppen-therapeutisches Angebot, welches sich an Personen richtet, die Schwierigkeiten in den Bereichen Umgang mit intensiven Gefühlen und Spannungszuständen sowie selbstschädigendem Verhalten haben.

Die Gruppe orientiert sich am Konzept der Dialektisch Behavioralen Therapie (DBT) nach M. Linehan. Ziel ist es, den Teilnehmenden eine Reihe von Skills (Fertigkeiten) zu vermitteln, die ihnen helfen, besser mit ihren Problemen umgehen zu können. Es werden Skills besprochen und mit praktischen Übungen trainiert. Hausaufgaben sollen das Umsetzen der Skills im Alltag unterstützen.

## Altersgruppe

Erwachsene

## Zielgruppen

Persönlichkeitsstörung

## Versorgung

Spezialversorgung

## Typ

Ambulantes Angebot

## Finanzierung

Grundversicherung der Krankenkasse

## ANMELDUNG UND AUFNAHME

Zuweisungen sind nur durch Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten möglich.

## KONTAKT

### UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

#### Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

#### Klinisch Psychologischer Dienst

Anja Elena Escher  
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP  
Murtenstrasse 21  
3008 Bern  
Telefon 031 632 88 11  
E-Mail: [anja.escher@upd.ch](mailto:anja.escher@upd.ch)  
[www.upd.ch](http://www.upd.ch)