

PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE im Zentrum AktionsRaum

STAIRWAYS

Die nächste Stufe des Trainingsprogramms für Menschen mit einer **Borderline-Persönlichkeitsstörung**

STAIRWAYS ist ein Trainingsangebot, das an das STEPPS-Programm für Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung anschließt – bei dem neue Wege für die Anwendung und den Ausbau der bereits erworbenen Fähigkeiten aus dem STEPPS-Programm vermittelt werden. Damit können die Basisfertigkeiten zur emotionalen Stabilisierung und Verhaltensregulation aus dem STEPPS-Programm gefestigt werden. Professionelle Unterstützer*innen, Freunde und Angehörige, die für die Betroffenen ein Helferteam bilden, sind weiterhin eingeladen, die neu erworbenen Fähigkeiten zu unterstützen und zu fördern.

Die Ziele innerhalb der Ergotherapie

Die meisten Absolvent*innen des STEPPS-Programms konnten ausgiebig vom Training profitieren. Gleichzeitig fällt es den Betroffenen oft schwer, die erreichten Ergebnisse aufrecht zu erhalten und weiterhin in den Alltag zu übertragen. Hierfür bedarf es weiterer Festigung und Vertiefung, damit die erlernten Strategien zur Regulierung der Emotionen, bei der Interaktion mit anderen Menschen sowie für den verantwortungsvollen Umgang mit den eigenen Grenzen erhalten bleiben und ausgebaut werden können. Hierzu zählt auch die Aufrechterhaltung der Befähigung der betroffenen Menschen, mit professionellen Helfer*innen, Freunden und Angehörigen klarer über die Krankheit und die notwendigen Bewältigungsmaßnahmen kommunizieren zu können.

Zielgruppe

Vorrangig für Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung, die bereits das STEPPS-Programm durchlaufen haben.

Setting

Nach einem individuellen Vorgespräch erstreckt sich das Training über 25 bis 30 Termine von jeweils anderthalb Stunden. Es findet in einer Gruppe statt, die von einer Ergotherapeutin und einer Psychologin begleitet wird.

Maßnahmen / Inhalte

In Anlehnung an das STEPPS-Training werden folgende Themen vertiefend behandelt und trainiert:

- Sich Ziele setzen
- Neues ausprobieren
- Umgang mit Wut
- Impulskontrolle
- Zwischenmenschliches Verhalten
- Vorbereitung auf schwierige Situationen
- Training sozialer Kompetenzen
- Sich zwischen Alternativen entscheiden
- Am Ball bleiben