



FAMILY CONNECTIONS™

Program dla rodzin

Oparty na terapii dialektyczno-behawioralnej program rozwijania umiejętności dla rodzin, które mierzą się z wyzwaniami zaburzenia osobowości z pogranicza (BPD)

O PROGRAMIE

12-tygodniowy **bezpłatny** program skierowany do członków rodziny osób z zaburzeniem osobowości z pogranicza (borderline, BPD) zapewnia rzetelne informacje, uczy umiejętności radzenia sobie i umożliwia stworzenie sieci wsparcia.

Dotychczasowe badania naukowe nad skutecznością programu Family Connections™ pokazują, że udział w programie pomaga członkom rodziny w:

- zmniejszenie cierpienia,
- zmniejszenie odczuwanego obciążenia,
- zmniejszeniu poczucia nieszczęścia i depresji
- zwiększeniu poczucia kompetencji i umiejętności radzenia sobie.

Program został stworzony Stanach Zjednoczonych przez specjalistów z NEABPD zakresie terapii zaburzenia osobowości z pogranicza, dr Alana E. Fruzzetti oraz dr Perry D. Hoffman, przy współudziale zespołu klinicystów, członków rodzin i osób korzystających z terapii. Aktualnie jest rozwijany w 20 krajach na całym świecie, także w Polsce i oferowany jest bezpłatnie.

W Polsce zajęcia Family Connections™ prowadzone są TYLKO przez specjalistów przeszkolonych przez NEABPD.

P.T.D.B.T
POLSKIE TOWARZYSTWO TERAPII
DIALEKTYCZNO BEHAWIORALNEJ



Partnerem NEABPD i koordynatorem programu Family Connections™ w Polsce jest Polskie Towarzystwo Terapii Dialektyczno-Behawioralnej z siedzibą w Gdańsku 80-288, ul. Politechniczna 9/7, www.ptdbt.pl, kontakt: info@ptdbt.pl

CZY TEN PROGRAM JEST DLA MNIE?

- Jestem członkiem rodziny, partnerem/współmałżonkiem, opiekunem lub bliskim przyjacielem osoby zmagającej się z zaburzeniem osobowości z pogranicza (borderline, BPD), cechującej silną dysregulacją emocji.
- Chcę poprawić swoje relacje.
- Chcę zrozumieć jak moje własne zachowanie wpływa na moje relacje.
- Zgadzam się wypróbować nowe umiejętności, nawet jeśli na początku może to wydawać się trudne/niewygodne.
- Zobowiązuję się uczestniczyć we wszystkich zajęciach.
- Zgadzam się w pełni uczestniczyć w zajęciach a także ćwiczyć to, czego się tam nauczę.
- Chcę zdobyć wiedzę i umiejętności, które pomogą mi stworzyć lepsze życie.

JAK SIĘ ZAPISAĆ?

1. Odwiedź stronę internetową PTDBT www.ptdbt.pl:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdzmnpPswr5BAHiT2fXNtBgbdmYEZZL6AwXePpVWQfc8S4DdA/viewform>

2. Wypełnij formularz i naciśnij przycisk WYŚLIJ.

OPINIE UCZESTNIKÓW

- *Gdy przyszło mi zmierzyć się z diagnozą BPD u mojego dziecka, Family Connections™ dało mi nadzieję, gdy czułem brak nadziei, zrozumienie gdy czułem niezrozumienie oraz kierunek, gdy czułem się zagubiony.*
- *To, co zyskałem dzięki Family Connections™ i dzięki ćwiczeniu umiejętności, jest nie do zastąpienia dla naszej rodziny.*
- *Ten kurs odmienił moje życie i pozwolił zdobyć praktyczne umiejętności, które pomogły mojej rodzinie komunikować się lepiej niż kiedykolwiek.*
- *Promień nadziei dla naszej rodziny w głębokim morzu nieskończonej desperacji i bólu.*