



# Borderline network<sup>®</sup> Trialog

online und überregional

## – Veranstaltungshinweis 2024 –

Hiermit laden wir herzlich zu einer offenen Begegnung ein. In regelmäßigen Treffen bietet der **Online-Trialog Betroffenen, Angehörigen und Professionellen** eine Möglichkeit sich über borderlinerelevante Themen auszutauschen, um Verständnis füreinander und für die Erkrankung zu schaffen.

Jeden 3. Mittwoch im Monat  
18.00 Uhr – 19.30 Uhr  
**Kostenlos und ohne Anmeldung**

17. Januar; 21. Februar; 20. März; 17. April; 15. Mai; 19. Juni; 17. Juli; 21. August;  
18. September; 16. Oktober; 20. November; 18. Dezember

### Direkter Zugang zum Zoom-meeting:



<https://bit.ly/3cto0rM>

Meeting-ID: 850 1455 5405  
Kenncode: 050215

Eine Registrierung für Zoom ist nicht erforderlich. Es wird jedoch bei mobilen Endgeräten der Download der Zoom- APP empfohlen.

### Für Informationen und Ihre Themenvorschläge:

[trialog@borderline-network.de](mailto:trialog@borderline-network.de)  
[www.borderline-network.de](http://www.borderline-network.de)

### Ansprechpartner

Krischan Schickler  
[schickler@borderline-network.de](mailto:schickler@borderline-network.de)

Lukas Kock  
[kock@borderline-network.de](mailto:kock@borderline-network.de)

- 17.01. Wenn das noch geht, kann es nicht so schlimm sein –**  
Wieso fällt es mit Borderline so schwer, eigene Grenzen zu erkennen und einzuhalten?
- 21.02. Oversharing –** Muss ich meine Erkrankung mit dem Umfeld teilen? Was sollte ich vielleicht besser für mich behalten?
- 20.03. Hilfe, ich habe "Borderline" gegoogelt –** Wie lässt sich zwischen Fakten und Vorurteilen unterscheiden?
- 17.04. Instabile Identität bei Borderline –** Was ist eigentlich Identität? Worüber identifiziere ich mich? Muss eine Diagnose dazugehören? Wie kann ich eine stabile Identität aufbauen?
- 15.05. Angst vor Suizidalität – Auswirkungen der Thematik –** Wie lässt sich Sicherheit für alle herstellen?
- 19.06. Aus den Augen, aus dem Sinn (Objektkonstanz) –** Wieso das Alleine-sein bei Borderline so ein unerträgliches Einsamkeitserleben auslöst. Wie kann ich damit umgehen? Wie können mir Angehöre Zugehörigkeit vermitteln?
- 17.07. Peoplepleaser –** Ist es wirklich so wichtig, was andere von mir denken? Muss ich den Erwartungen der anderen entsprechen? Wie kann ich gleichzeitig auch für mich da sein?
- 21.08. Wenn "perfekt" nicht gut genug ist –** Wie kann ich einen faireren Maßstab finden? Und wozu überhaupt?
- 18.09. Herausforderungen in der Behandlung von Borderline –** Wieso weigern sich so viele Behandler:innen mit Borderline zu arbeiten?
- 16.10. Borderline und Arbeit –** Welche Rahmenbedingungen braucht es, um langfristig am Arbeitsleben teilzunehmen? Muss ich immer funktionieren? Und wenn nicht, habe ich trotzdem einen Wert in der Gesellschaft?
- 20.11. Borderline und weitere Diagnosen –** Welche therapeutischen Ansätze sind sinnvoll? Wie kann ein Ausstieg aus Teufelskreisen mit mehreren Diagnosen gelingen?
- 18.12. Borderline und Kreativität –** Vorteile von ausgeprägter Emotionalität – Wie kann es gelingen, neben den Herausforderungen auch die positiven Aspekte anzunehmen?