

Colofon

Nieuwsbrief Stichting Borderline
Nummer 3: september/oktober 2009

Redactie

Angela
Jessy
Joan
Wim

Medewerkers

Kavita
Margreet
Yezzie
Yoram

Foto omslag

Dirkjan Hoogerdijk

Basisontwerp

www.elsewise.nl

Opmaak

Cairn Ontwerp & DTP

Redactieadres

Stichting Borderline
o.v.v. redactie nieuwsbrief
Postbus 1147
3500 BC Utrecht
redactie@stichtingborderline.nl

Lotgenotentelefoon

Telefoonnummer (030) 276 70 72
Maandag 10.30 – 14.30
Woensdag 11.30 – 15.30
Donderdag 10.30 – 14.30

Telefoonnummer (034) 845 31 00
Vrijdag 21.00 – 24.00

Telefoonnummer (040) 844 80 96
Dinsdag 10.00 – 12.00
Vrijdag 19.00 – 21.00

Telefoonnummer (050) 312 20 66
Woensdag 19.00 – 21.00
Vrijdag 14.00 – 16.00

Voor donaties en giften

Rekeningnummer: 8282791

t.n.v. Stichting Borderline, Utrecht.

Altijd eigen naam, adres en doel van de donatie of gift vermelden.

■ Woorden van	2
Agenda/Tips	4
Mijn jaren bij Stichting Borderline	6
Dankbaar werk: de lotgenotentelefoon	9
Mijn studieloopbaan	12
Column Yezzie	17
Mijn dier en ik	18
Donateurs ■	20

de redactie

Hoogzomer! Terwijl ik dit schrijf, komt de regen met bakken naar beneden, en dat terwijl vanmorgen het zonnetje door de gordijnen heen prikte en ik bedacht dat het misschien wel een mooie dag zou zijn om te gaan skaten. Dat beden ik al dagen, maar er is altijd wel wat: het waait te hard, het regent, het is te warm... Wat een heerlijke, typische Nederlandse zomer toch weer. Net zo wisselvallig als het weer zijn mijn gedachten over mijn werk als hoofdredacteur bij de stichting. De ene week wil ik het blijven doen, de andere week zie ik het haast niet meer zitten. Zei iemand daar borderline? Welnee, ik heb slechts borderline-trekjes. We hebben dus nog steeds geen nieuwe hoofdredacteur en inmiddels begint deze broek me toch aardig als gegoten te zitten. Wie had ooit gedacht dat dat onzekere, stille en verlegen meisje in staat zou zijn een redactie te leiden? Deze nieuwsbrief staat opnieuw in het teken van het tienjarig bestaan van Stichting Borderline. Er komt weer een aantal medewerkers van de stichting aan het woord over hun ervaringen. Ook vindt u in deze editie een stuk over de positieve kanten van impulsiviteit. Borderline is immers niet alleen ellende: de spontane acties kunnen ook heel leuk zijn. Veel leesplezier!

■ Door Angela, Hoofdredacteur

de coördinator

De zomerstop is achter de rug en met nieuwe energie gaan we er weer tegenaan. De website ziet er geweldig uit en ook het forum loopt nog steeds goed. Naast telefonisch contact en via de e-mail zijn er via de site nu ook mogelijkheden om te chatten met onze vrijwil-

ligers. Ook bestellingen kunt u nu makkelijk via internet plaatsen en met I-deal betalen. Tot slot komt er een VIP-gedeelte met extra opties op het forum. Dit VIP-gedeelte zal alleen toegankelijk worden voor zogenaamde "forumdonateurs". Als forumdonateur betaalt u € 7,50 per jaar om toegang tot dit gedeelte te krijgen. Op het forum vindt u hier meer informatie over. Tevens kunt u nog steeds voor € 22,50 per jaar donateur worden om ons te steunen. Als volledig donateur ontvangt u korting op de Landelijke Dag en ontvangt u vier keer per jaar deze nieuwsbrief.

Stichting Borderline heeft toestemming gekregen om haar onderzoek naar toepassing van de richtlijnen bij diverse GGZ-instellingen te starten. Zowel de instellingen zelf als de cliënten zullen hierin betrokken worden. De uitkomsten hiervan zullen via onze site en in de nieuwsbrief gepubliceerd worden.

Ook zullen wij meer regio-/themamiddagen gaan organiseren voor cliënten, familie en hulpverlening. Hierbij kunt u denken aan onderwerpen als: verstandelijke beperking en BPS, zorgverzekeraars, werk/inkomen, etc. Het staat nog in de kinderschoenen, maar wij hopen in het nieuwe jaar na de Landelijke Dag, een eerste regiomiddag aan te kunnen bieden.

Tot slot staat de Landelijke Publieksdag op de agenda! Op 7 november is het zover. Het programma zal tegen die tijd op onze site bekend worden gemaakt, almede op de Triade-borderline site. Wij hopen op een grote opkomst om ook samen met ons het tienjarig jubileum te kunnen vieren.

Met vriendelijke groet,

■ Door Kavita Anneveldt,
Landelijk Coördinator Stichting Borderline



Het staat nog in de kinderschoenen, maar wij hopen in het nieuwe jaar een eerste regiomiddag aan te kunnen bieden.

het bestuur

Jubileum

In 2009 bestaat Stichting Borderline tien jaar! Het bestuur is samen met de coördinator en vrijwilligers aan het bekijken op welke manier wij dit jubileum passend kunnen vieren.

Verandering subsidiesysteem

De overheid wil mede in het kader van de marktwerking in de zorg dat patiëntenorganisaties zich verder gaan professionaliseren om zodoende veel meer stem te krijgen bij de zorgverzekeraars die de zorg moeten inkopen. Dit betekent dat Stichting Borderline vanaf 1 januari 2009 een vierjarenplan moet gaan maken waarin zij aangeeft op welke manier de komende jaren verder geprofessionaliseerd gaat worden.

Wat blijft, is dat de stichting voor een groot deel afhankelijk blijft van het jaarlijkse aantal betalende donateurs. Helaas blijft dit aantal sterk achter bij onze verwachtingen. Op dit moment hebben wij rond de 220 donateurs wat in vergelijking met een achterban van 200.000 mensen met borderline werkelijk een schijntje is.

Vacatures

Het bestuur wil ook via deze weg een oproep doen voor nieuwe bestuursleden. U kunt ervaringsdeskundige zijn of lotgenoot. Ook familieleden roepen wij op om te reageren. Zie voor meer informatie over de vacatures op onze website www.stichtingborderline.nl

■ Hans de Jong, Penningmeester

GGZ Drenthe

Cursus 'Omgaan met borderline'

Voor Familie en naastbetrokkenen
Wanneer 29 September (start twee keer per jaar)
Waar GGZ Emmen, Assen
Kosten € 27,50
Informatie en aanmelding
 Tel: (0592) 33 41 97

Lotgenotenavond voor naastbetrokkenen

Voor Familie en naastbetrokkenen,
Wanneer Start vier keer per jaar van 19.30 - 21.30 uur
Waar Op verschillende locaties in Drenthe
Kosten Geen
Informatie en aanmelding Stichting Gebruikers
 Platform, tel: (0591) 39 99 76
 Bureau Preventie GGZ Drenthe, tel: (0592) 33 41 96

GGNet

KOPP-groepen voor Kinderen van Ouders met Psychische Problemen

Voor Kinderen en jongeren met een ouder met psychische problemen of een verslaving, acht bijeenkomsten na school en een terugkom-bijeenkomst
Waar Doetinchem en bij voldoende deelnemers ook in Groenlo of Zevenaar.
Kosten Aan de doe-praatgroepen, tiener- en jongerengroep zijn geen kosten verbonden. Deelname aan de volwassenengroep kost € 25,- per persoon.
Informatie en aanmelding GGNet Preventie regio Oost-Gelderland en De Liemers
 Tel: (0316) 25 07 60
 E-mail: preventie@ggnet.nl

Scelta

Module 'Moederschap en borderline'

Voor Moeders met borderline
Wanneer Bij voldoende aanmeldingen, najaar 2009
Waar Den Haag
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding Hettie van der Mark, tel: (070) 700 02 00

Ondersteuning en vaardigheidstraining voor naastbetrokkenen van mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis

Voor Familie en naastbetrokkenen van mensen met borderline
Wanneer Twee keer per jaar
Waar Den Haag en Apeldoorn
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding
 De ondersteuningsgroep in Den Haag is aangevuld met een vaardigheidstraining en duurt in totaal 12 weken. Ook bestaat de mogelijkheid in Den Haag voor individuele ondersteuning. Ook voor kinderen van, partners, broers en zussen en andere mantelzorgers zijn er ondersteuningsmogelijkheden. Voor inlichtingen en aanmeldingen zie website www.scelta.net

Riagg Zuid

Gespreksgroep voor partners en familieleden van mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis

Voor Familie en naastbetrokkenen
Wanneer Najaar 2009
 7 bijeenkomsten op donderdagavond (19.00 - 21.00 uur)
Waar Riagg Roermond, Minister Beversstraat 3 in Roermond
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding
 Riagg Zuid, tel: (0475) 38 74 74
 e-mail: secretariaatgroepen@riaggzuid.nl

Geestgronden

Informatiebijeenkomst borderline persoonlijkheidsstoornis

Voor Iedereen
Wanneer Dinsdag 3 november 2009 van 19.00 - 22.00 uur
Waar Gebouw Amstelmer in het personeelsrestaurant
Kosten € 5,-
Informatie en aanmelding tel. (023) 518 76 40 of (020) 543 41 93 of via e-mail cursusbureau@geestgronden.nl

Omgaan met mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis

Voor Familie en naastbetrokkenen
Wanneer Start in voor- en najaar
Waar Amstelveen, Hoofddorp en/of Haarlem

Kosten € 50,- incl. werkmap
Informatie en aanmelding
 Voor Amstelveen en Hoofddorp tel. (020) 543 41 93 of (020) 543 41 49 (informatiecentrum)
 Voor Haarlem tel. (023) 518 76 40 (maandag t/m vrijdag)
 of e-mail: cursusbureau@ggzingeest.nl

Mentrum

Cursus 'Omgaan met borderline'

Voor Familie en betrokkenen
Wanneer Najaar 2009, 19.00-21.00 uur (10 bijeenkomsten)
Waar Mentrum kliniek, 1e C. Huygensstraat 38
Kosten Onbekend
Informatie Hanneke Houniet, tel: (020) 523 54 33
Aanmelding Tel: (020) 590 13 30 of e-mail: cursus@mentrum.nl

Adhesie

Cursus 'Omgaan met borderline'

Voor Familie en directbetrokkenen
 Tien wekelijkse bijeenkomsten van twee uur en terugkombijeenkomst
Wanneer Start twee keer per jaar (feb./mrt. en okt.)
Waar Almelo
Kosten Geen
Informatie en aanmelding www.adhesie.nl

GGZ Midden-Holland

Cursus 'Omgaan met borderline'

Voor Familie en betrokkenen
 Tien bijeenkomsten en terugkombijeenkomst, max. twaalf deelnemers per groep
Wanneer Voor- en najaar
Waar Gouda
Kosten € 45,-
Informatie en aanmelding Renske van Rooijen, tel: (0182) 56 36 56
 E-mail: r.vanrooijen@ggzmiddenholland.nl

Indigo

Informatieavond 'Wat is borderline'?

Voor Familie en naastbetrokkenen
Wanneer 5 oktober 2009 van 19.15-21.30 uur
Waar Amersfoort
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding secretariaat@indigo.nl (030) 230 85 90

Informatieavond 'Omgaan met iemand met een borderlinestoordnis'

Voor Familie en naastbetrokkenen
Wanneer 2 November 2009 van 19.15-21.30 uur
Waar Amersfoort
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding secretariaat@indigo.nl (030) 230 85 90

Cursus voor familieleden van mensen met borderline

Voor Familie
Wanneer Cursus start bij voldoende aanmeldingen, 19.15-21.30 uur
Waar Ermelo, Nijkerk of Barneveld
Kosten Onbekend
Informatie en aanmelding (0341) 566 670, secretariaat@indigoflevo-veluwe.nl

Symfora Groep

Cursus 'Rondom borderline'

Voor Familie en betrokkenen
 Tien bijeenkomsten, max. twaalf deelnemers per groep
Wanneer Start bij voldoende aanmelding elk voor- en najaar
Waar Hilversum
Kosten € 18,- excl. boek 'Borderline de baas' (€ 20,-)
Informatie en aanmelding www.symfora.nl

Psyq

Ondersteuningsgroep voor familie en directbetrokkenen

Voor Familie en directbetrokkenen
 Tien bijeenkomsten van 19.00 - 21.00 uur en twee terugkombijeenkomsten
Wanneer Na de zomervakantie
Waar Lijnbaan 4, Den Haag
Kosten € 20,- incl. cursusboek
Informatie en aanmelding 070 - 391 86 00

Door Jessy

Mijn jaren bij Stichting Borderline

Een warm welkom!

In juni 2005 ben ik via internet bij Stichting Borderline terecht gekomen. Na een aantal jaren thuis te hebben gezeten, vond ik dat het tijd werd om weer de wereld in te stappen. Ik kon nog niet betaald werk gaan doen, maar wilde desondanks wel mijn steentje bijdragen en andere mensen helpen met hun problemen. Zodoende reageerde ik op een vacature voor vrijwilliger op kantoor. Ik zou ingewerkt worden om de lotgenotentelefoon te beantwoorden. Na een inwerkperiode van twee maanden, ging ik de telefoon alleen beantwoorden. Ik haalde veel voldoening uit de gesprekken, en merkte dat het

voor mij ook therapeutisch werkte. Het gaf een ontzettend fijn gevoel om iemand die in crisis opbelde, met een (hele) kleine glimlach en rustige stem te horen ophangen. Vaak waren er "vaste klanten" die belden, waardoor je dieper op zaken in kon gaan, maar ook omstanders (familie en (ex)-partners) stond ik te woord. Dat waren misschien

wel de moeilijkste gesprekken, omdat je dan zelf ook direct wordt geconfronteerd met wat jij zelf ook bij jouw directe omgeving hebt veroorzaakt. Toch waren ook deze gesprekken prettig om te voeren en ze hielpen mij ook bij het gedeelte van acceptatie. De telefoon stond in die tijd soms roodgloeiend, vijf à zeven gesprekken (soms wel van 45 min.) in een dienst van vier uur werken is niet niks. Soms kwam ik wel eens emotioneel leeg thuis, maar dat was vaak op dagen dat ik zelf niet lekker in mijn vel zat. Meestal kon ik het juist heel goed van me af zetten als ik weer buiten de deur stond. Daarnaast sprak de sfeer binnen de stichting mij enorm aan. Ik voelde me altijd eenzaam

Ik merkte dat dit mij erg goed afging en dat ik het erg leuk vond om voor (grote) groepen mensen te praten.

en bang als ik op een nieuwe werkplek kwam en had vaak een jaar nodig voordat ik mezelf kon zijn. Bij Stichting Borderline werd ik echter vriendelijk, informeel en hartelijk ontvangen door iedereen. De sfeer was goed, er werd gezellig gekeuveld en gelachen tijdens het werk en je kon over je problemen praten. In die tijd zaten we denk ik met vijf vrouwen op kantoor en we konden het zo goed vinden, dat ik met sommigen nog steeds contact heb en bevriend ben. Na een paar maanden begon ik steeds meer werkzaamheden uit te voeren. De meeste vrijwilligers hadden één of twee taken, maar voor mij was dat niet genoeg. Ik

breidde mijn uren uit naar het toegestane aantal van twee dagdelen. Naast de telefoon deed ik ook de mail (vaak enorm veel!), bestellingen, ik notuleerde tijdens de vergaderingen en was actief betrokken bij de organisatie van de landelijke dag. Die zomer begon ik ook aan een reïntegratie-training om me te heroriënteren op de arbeidsmarkt. Ik wilde im-

mers niet de rest van mijn leven als vrijwilliger werken. Ik was 26 en zat nog vol met ambitie!

Mijn draai gevonden

In 2006 was ik all-round ingewerkt en ondersteunde ik de toenmalige coördinator. Dit is het jaar waarin in ik me ook heb aangemeld als voorlichter voor Stichting Borderline. Ik heb een voorlichtingsmiddag gevolgd en ben een keer mee geweest naar een voorlichting. Daarna ben ik eigenlijk in het diepe gesprongen en heb diverse voorlichtingsaanvragen op mij genomen. Ik merkte dat dit mij erg goed afging en dat ik het erg leuk vond om voor (grote) groepen mensen te praten. De posi-



Ik zal de komende tijd nog zeker als spin in het web blijven werken.

tieve reacties van de groep naderhand gaven me altijd een extra adrenaline-stoot. Het gaf me eigenlijk voor het eerst het gevoel dat ik voor mezelf kon/mocht toegeven dat ik ergens goed in was: een heerlijke boost voor mijn (veelal) lage zelfvertrouwen. Naast deze voorlichtingen werkte ik nog steeds twee dagdelen in de week op kantoor.

Geschopt tot Landelijk Coördinator

In mei 2007 stopte de vorige coördinator ermee. Ik liep nog steeds bij het reïntegratiebureau en daar kwamen we op het idee om te solliciteren naar de functie van coördinator. Het zou voor twaalf uur in de week zijn, dus

dat was een goed aantal uren voor iemand die weer moet wennen aan werken. 'Liever uren opbouwen dan afbreken,' (vooral in mijn situatie) zei mijn moeder wijs. Dus na een sollicitatie te hebben opgestuurd werd ik bij het bestuur uitgenodigd op gesprek en de week erna hoorde ik dat ik de baan had gekregen! Het was geweldig en ik kon het niet geloven. In augustus 2007 was ik dan officieel de nieuwe landelijk coördinator! Ik werd helaas niet ingewerkt en heb met hulp van het bestuur (op afstand) alles zelf uit moeten zoeken. Al snel kwam ik erachter dat het werk niet in twaalf uur te doen was! Er lag zoveel werk en om een organisatie goed te sturen waren er

echt meer uren nodig. Ik nam werk mee naar huis, kon het niet loslaten en was met alles tegelijk bezig. Gelukkig had ik goede begeleiding vanuit het bestuur en mijn jobcoach en heb ik binnen een jaar geleerd om afstand te nemen, prioriteiten te stellen, mijn grenzen aan te geven en vooral: loslaten zodra je de deur uit loopt! Niet meer in privé-tijd bereikbaar zijn, mijn mail checken en de zakelijke mobiel opnemen. In 2008 heb ik mijn eerste landelijke Dag gecoördineerd en alhoewel er op de dag het een en ander misging (logistiek), is alles toch nog goed verlopen en hebben we positieve reacties ontvangen.

Heden

Sinds de landelijke dag van 2008 heb ik rust gevonden in mijn werk en een maak ik een dagindeling voor elke zes uur die ik werk. Op die manier kom ik overal aan toe zonder stress. Het werk dat gedaan moet worden om alles draaiende te houden is te doen in twaalf uur, het werk dat er extra bijkomt om uit te breiden en te professionaliseren, is niet binnen die uren te passen.

Voor het onderzoek aangaande de richtlijnen binnen de GGZ, zullen mijn uren met vier uur worden uitgebreid, zodat ik me vier uur per week volledig daarop kan richten.

Ik merk dat ik in de laatste vier jaar enorm gegroeid ben, mede dankzij het (vrijwilligers-) werk bij Stichting Borderline. Tevens merk en weet ik nu dat ik als werkend, stabiel en leuk persoon mee kan draaien in deze wereld. Natuurlijk blijf ik mijn zwakheden behouden, maar zeg nou eerlijk: welk mens heeft die niet? Ik heb geleerd de positieve instelling aan te nemen dat als iets tegen zit, de wereld niet vergaat en ik dingen op een andere manier moet oplossen, zelfs als dat betekent: hulp vragen! Deze instelling is noodzakelijk in de functie van landelijk coördinator van Stichting

Borderline. Je werkt met vrijwilligers die niet altijd stabiel zijn, waardoor er veel uitval kan zijn, en je in je hoofd zit met de klachten die zullen komen over eventuele onbereikbaarheid, maar tegelijkertijd heb je ook begrip voor de vrijwilliger. Tevens is er over de jaren heen een groot verloop van vrijwilligers (en dus kennis) geweest. In 2007/2008 moesten we bij nul beginnen. De "oude" vrijwilligers met wie ik heb gewerkt, waren allemaal weg en ik moest met een nieuwe groep alles opnieuw starten. Dat was best lastig, aangezien de oude groep veel kennis had en ik nu èn een nieuwe functie had waarbij ik mijn weg nog moest vinden èn tegelijk nieuwe vrijwilligers moest aannemen en aan het werk moest zetten. Gelukkig zitten er op de dag van vandaag weer goede,

betrouwbare vrijwilligers met ieder een duidelijke taak binnen de stichting. De kennis is er weer en de vrijwilligers zitten vol goede ideeën. Ik zal de komende tijd nog zeker als spin in het web blijven werken om de stichting samen met het bestuur te professionaliseren en draaiende te houden. En sinds vorig jaar april werk ik naast de stichting

als nanny in Utrecht, een baan die me ook veel voldoening geeft en totaal anders is dan hier op kantoor. Beide functies houden elkaar voor de komende tijd perfect in evenwicht.

Maar stiekem droom ik soms weg achter mijn pc, denkend aan de volgende stap in mijn leven: een vaste baan van 30-32 uur...iets met ondersteuning van mensen, of met kinderen, maar wat zoek ik precies? Ik hou het voorlopig bij dromen en wat dingen op papier zetten voor mezelf, een kleine heroriëntatie. Dat is in ieder geval nodig na mijn persoonlijke groei zowel binnen als buiten de stichting. Een andere baan is iets voor latere zorg, voor nu nog even volop inzetten voor Stichting Borderline!

■ Door Kavita

Deze instelling is noodzakelijk in de functie van landelijk coördinator van Stichting Borderline.

Dankbaar werk: de lotgenotentelefoon

Een interview met Marc, medewerker bij de lotgenotentelefoon van Stichting Borderline

Op een voor mijzelf normale werkdag tref ik mijn collega Marc voor een interview op het kantoor van Stichting Borderline. Marc en ik werken inmiddels al een jaar samen, en omdat Marc al een tijdje een vast gezicht binnen de stichting is, hebben we bij de redactie besloten hem te interviewen in het kader van het tienjarig bestaan van Stichting Borderline.

Hoi Marc. Vertel eens iets over jezelf?

"Ik ben Marc en ik werk inmiddels twee jaar voor Stichting Borderline. Ik handel de post af en ik doe de telefoondienst op maandag, woensdag en vrijdagavond. Ik ben 38 jaar, vrijgezel en woon zelfstandig."

Heb je naast je werk voor Stichting Borderline nog andere werkzaamheden?

"Ja; ik werk een keer per week in een dak- en thuislozenopvang. Dat is vrij zwaar werk maar ondanks dat bevalt het me wel."

Heb je zelf borderline?

"Ik had borderline: ik zal niet meer als zodanig gediagnosticeerd worden, al zal ik wel mijn kwetsbaarheden houden. Ik heb best een rumoerig leven achter de rug, maar ik ben daar goed uitgekomen, dus het kan wel degelijk. In mijn ogen kloppen die negatieve verhalen over borderline dan ook zeker niet altijd, je kunt er echt mee leren omgaan."

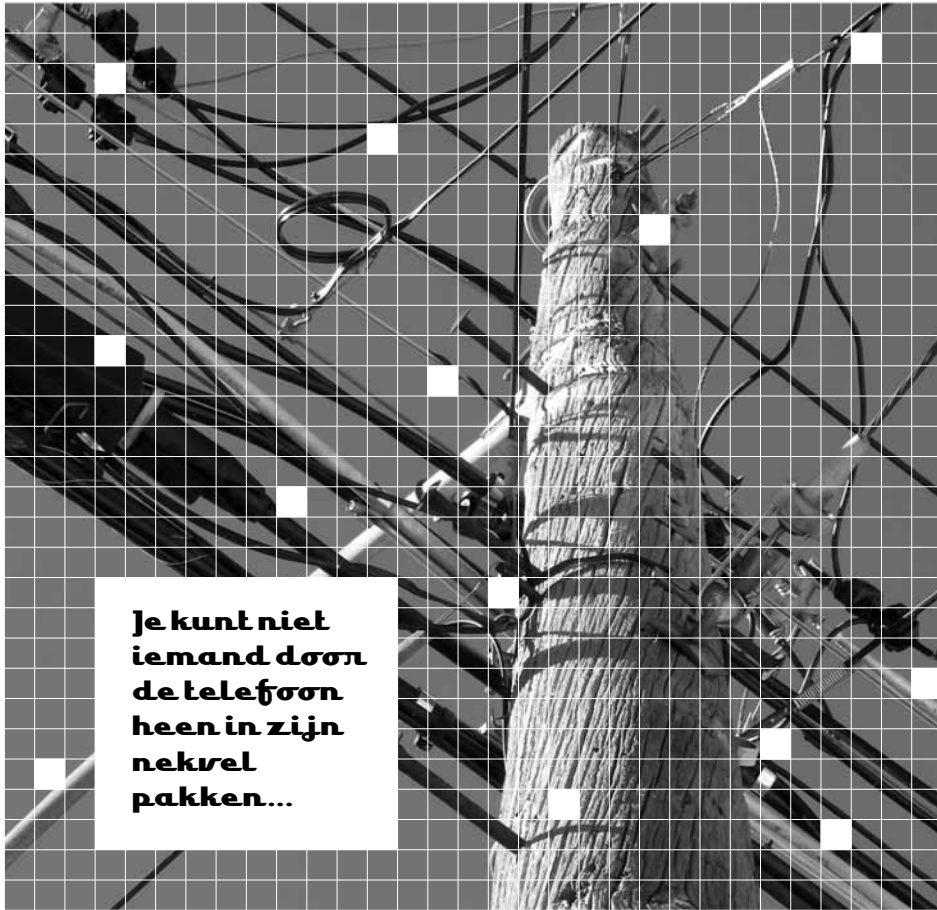
Wat heeft jou het meest geholpen om met je klachten te leren omgaan?

"Dat heeft wel een poosje geduurd," geeft Marc toe. "Ik was altijd heel eenkennig en onzeker, bang voor mensen en om sociale contacten aan te gaan. Naarmate ik ouder

werd is dat minder geworden. Ik heb veel therapieën gehad en veel opnames achter de rug... Inmiddels ben ik in staat mijn stemming niet te laten hangen van wat andere mensen van me zouden kunnen vinden en daar ben ik heel erg blij mee. Ook het werken met mensen die kwetsbaar, beschadigd zijn, heeft me enorm geholpen. Dat hoeven dan niet eens per se mensen met borderline te zijn. Ik heb nou eenmaal iets met de zwakkere mensen in de samenleving. Zeker als mensen de grond in worden getrapt, bijvoorbeeld dak- en thuislozen die drugs zijn gaan gebruiken... Veel mensen zeggen dat ze dat aan zichzelf te wijten hebben, maar dat is niet zo. Ieder mens kan op straat komen te staan."

Is er een bepaald soort therapie geweest waarvan je achteraf kunt zeggen dat je daarmee het meest geholpen bent?

"Ja, dat was bij een vrijwilligersorganisatie voor mensen met een doodswens. Degene die mij begeleidde, was zó goed aan de telefoon, al zat je nog zo diep in een crisis, hij kon je tot rust krijgen, en dat heeft mij wel geraakt. Op een gegeven moment heeft hij tegen mij gezegd dat ik ook heel geschikt zou zijn voor telefoondienst en zo is eigenlijk het balletje gaan rollen."



Je kunt niet iemand door de telefoon heen in zijn nekvel pakken...

Dus eigenlijk ben je je beter gaan voelen over jezelf door andere mensen te helpen?

"Ja, klopt... Het werkt van twee kanten: als je mensen helpt zonder daar zelf iets voor terug te willen, krijg je daar een heel voldaan en goed gevoel bij."

Je beantwoordt dus de lotgenotentelefoon. Wat voor telefoontjes krijg je nou het meest?

"Dat is heel verschillend. Je kunt crisistelefoontjes binnenkrijgen; mensen die helemaal

in de war zijn, ook krijg ik erg veel telefoontjes van omstanders: ouders, broers, zussen of kennissen, die iemand in de familie hebben van wie ze vermoeden dat hij/zij borderline heeft. Die mensen zijn vaak helemaal radeloos en het is heel mooi om aan de telefoon ervoor te zorgen dat ze een klein beetje door de bomen het bos weer gaan zien. Als mensen helemaal over de rooie opbellen en aan het eind van het gesprek kunnen ze toch weer verder of ze lachen zelfs weer een beetje, dat is gewoon fantastisch."

Wat is het moeilijkste telefoontje dat je ooit hebt gehad?

"Dat was bij een andere stichting. Het ergste wat ik ooit heb meegemaakt, is dat ik iemand aan de telefoon had die..." Marc pauzeert even en is zichtbaar aangedaan. "Die dus... gesprongen is. Zoiets vergeet je nooit meer. Later werd ik door iemand van de politie opgebeld, die had waarschijnlijk op de herhalingstoets gedrukt om te kijken wie die persoon het laatst gebeld had, om te achterhalen wat er gebeurd was. Dat hele voorval heeft me erg geraakt, vooral omdat ik zelf ook heel erg suïcidaal ben geweest... Ja... dat komt keihard aan."

Wat heftig zeg. En dan moet je zoiets ook weer kunnen loslaten op de een of andere manier...

"Ja. Maar dat heb ik ook wel vrij goed geleerd hoor. Als zoiets gebeurt, dan kun je er niets meer aan doen. Die persoon is overleden, en dat moet je voor jezelf zo goed mogelijk zien te verwerken. Je moet je dan ook realiseren dat je je best hebt gedaan. Als iemand belt met de mededeling: 'Ik sta hier met in de ene hand de telefoon en met de andere houd ik de balustrade vast', dan is het letterlijk koorddansen. Je kunt niet iemand door de telefoon heen in zijn nekvel pakken..."

Krijg je ook wel eens leuke telefoontjes, dat je bijvoorbeeld met iemand zit te lachen aan de telefoon?

"Jazeker! Er is bijvoorbeeld een meisje dat wekelijks belt. Een heel leuke meid met wie je ook heel erg kunt lachen. Soms is ze ook helemaal over de rooie, maar het mooie is toch wel dat hoe ernstig de problemen ook zijn, dat er ook wel gelachen kan worden. Het een beetje kunnen relativiseren is heel erg belangrijk."

Zijn er nog meer mensen die regelmatig terugbellen?

"Ja, dat zijn dan bijvoorbeeld mensen die graag even aandacht willen hebben, soms ook wel mensen van wie ik het vermoeden had dat ze een borreltje teveel ophadden, of mensen die heel erg kwaad zijn."

Hoe ga je daar dan mee om, met mensen die heel erg kwaad zijn? Reageren die zich dan op jou af ofzo?

"Ja, dat kan. Die mensen laat ik dan gewoon uitrazen, met in mijn achterhoofd te wetenschap dat de persoon aan de andere kant niet goed in zijn vel zit, wat daar dan ook de oorzaak van is. Het is dan zaak om te proberen tussen de regels door te luisteren. Iemand heeft hierover eens iets heel treffends gezegd: 'Luisteren is proberen te begrijpen wat de ander bedoelt te zeggen'. Wat ik ook mooi vind, is om mensen die heel chaotisch zijn, door de telefoon heen te helpen hun gedachten weer een beetje te structureren, zodat diegene dan weer verder kan."

Is er tot slot nog iets dat je gemist hebt in dit interview, of iets dat je nog kwijt wilt?

"Dat ik het erg naar mijn zin heb bij Stichting Borderline en ook bij de dak- en thuislozenopvang, ookal is dat wel een stuk zwaarder. Het is wel zeker dat ik altijd wel iets in de hulpverlening zal blijven doen. Nu is dat nog op vrijwillige basis omdat ik mezelf ook nog wil ontwikkelen, en omdat 40 uur per week werken echt nog teveel voor me is, maar als ik weer terug naar betaald werk ga, dan wil ik zeker iets in de hulpverlening gaan doen. Sowieso wil ik me blijven inzetten voor de zwakkeren in de samenleving."

■ Door Angela



**En klopte
gewoon iets
niet: waar-
om had ik al
twee studies
niet kunnen
afsluiten?**

Mijn studieloopbaan

Na mijn VWO-diploma in 1997 besloot ik om rechten te gaan studeren. Ik had toentertijd niet kunnen verwachten dat mijn studieloopbaan zo anders zou verlopen dan ik had gedacht. Als 18-jarig meisje had ik totaal geen idee van wat ik wilde. Psychologie leek me interessant (maar ja, daar had je wiskunde voor nodig en dat had ik niet), maar kinderrechter worden sprak me ook erg aan. En iedereen om me heen verzekerde me: 'Rechten is zo'n algemene studie, daar kun je alle kanten mee op!'. Zo gezegd, zo gedaan.

Met mijn ouders ging ik naar de open dagen in Leiden en Utrecht, en zonder aarzeling koos ik voor Leiden. Weg uit de bekende wereld en op naar mijn studietijd! Ik schreef me in voor Rechten en meldde me ook meteen aan bij de studievereniging (niet te verwarren met een studentenvereniging). Al na enige maanden traden er veranderingen op in mijn bewustzijn, mijn gevoel. Ik vond dat ik er niet bij paste, ik was anders dan andere studenten. Zij legden makkelijk contact en ik kon dat gewoon niet op die manier. Alles wat ik zei kwam geforceerd over. Gelukkig had ik mijn vriendje, bij wie ik helemaal mezelf kon zijn en met wie ik erg veel lol had. Het gevolg was dat ik niet studeerde en naar colleges ging, maar dat ik alleen maar bij mijn vriendje thuis zat. Tegenover

mijn ouders hield ik vol dat de studie geweldig ging en dat ik het enorm naar mijn zin had op mijn kamer in Leiden. Tentamens haalde ik niet of sloeg ik gewoon over, met het resultaat dat ik niet door mocht gaan met de studie. Mijn ouders wisten van niets en ik raakte in paniek. Het slechte nieuws bracht ik via de telefoon toen mijn ouders in Zuid-Frankrijk op vakantie waren. Teleurstelling en boosheid van mijn ouders' kant, crisis en woede van mijn kant: ik voelde me zo onbegrepen.

Opnieuw oriënteren

Na deze zware stressvolle periode thuis besloten mijn ouders en ik samen dat ik een jaartje zou gaan werken (fulltime bij mijn administratieve bijbaan) om me vervolgens opnieuw te oriënteren. Maar vanaf dat moment kwam mijn borderline de kop opsteken. We wisten geen van allen dat het borderline

was, maar merkten wel dat ik niet lekker in mijn vel zat. Ik kon mijn werk niet goed volhouden, meldde me ziek, ging vaak stappen. Na een jaar werken besloot ik om Communicatiemanagement aan de Hogeschool van Utrecht te volgen. Hier voelde ik me zo mogelijk nog minder op mijn gemak. Ik voelde me volwassener dan de 'kinderen' die net van het havo kwamen (ik was toen

inmiddels 20/21, zij 17/18). Ook het lesmateriaal klonk me allemaal logisch in de oren. Ik snapte niet dat mensen er moeite mee konden hebben en vond het allemaal erg schools. Ik was iemand die liever op zichzelf leerde en ik snapte de stof ook vrij snel. Dit bij elkaar demotiveerde me en maakte dat ik me nog elendiger voelde, dus ik ging gewoon niet meer naar school. Ik bleef thuis, lag in bed, voelde me erg alleen en depressief, at nauwelijks

**Zij legden
makkelijk
contact en ik
kon dat gewoon
niet op die
manier. Alles
wat ik zei kwam
geforceerd
over.**

(want ik had mijn geld nodig om uit te gaan) en betaalde de huur niet (want ik had nieuwe kleding nodig). Mijn vluchtgedrag (achteraf gezien) zorgde ervoor dat mijn studie, waarvan ik makkelijk het eerste jaar had kunnen halen, eronder leed. Ergens in mijn hoofd wist ik dat ik naar school moest, maar ik kon het gewoon niet opbrengen. Het gevoel dat ik niet aan mijn ouders' verwachtingen kon voldoen zorgde ervoor dat ik mezelf nog slechter vond en steeds depressiever werd. Mijn ouders wisten ook niet wat er aan de hand was en een aantal stress- en crisissituaties deed zich voor. Deze studie kon ik ook niet voortzetten: ik kwam anderhalve punt tekort en kreeg een negatief studieadvies.

Professionele hulp

Wederom heb ik een baan gezocht. Misschien moest ik niet gaan studeren, dachten mijn ouders, maar gewoon gaan werken. Na deze tweede mislukte studie gaf ik aan bij mijn ouders dat er gewoon iets niet klopte: waarom had ik al twee studies niet kunnen afronden? Waarom voelde ik me zo ongelukkig, alleen, alsof niemand mij begreep? Ik vroeg of ik professionele hulp kon krijgen en mijn moeder heeft een psychologe voor me gezocht bij wie ik op gesprek ging. Tegelijkertijd zat ik nog op kamers, maar ook het inkomen dat ik nu uit werk ontving ging op aan vakanties, etentjes, stappen en kleding. Op mijn werk voelde ik me totaal niet op mijn plaats, ik was veel te introvert, het was een ICT bedrijf en veel te commercieel en snel voor mij qua sfeer. In de tussentijd was ik tijdens mijn studie communicatiemanagement lid geworden van een hele leuke studentenvereniging, waar ik mezelf kon zijn, maar ook erg goed mijn masker op kon houden. Ik ging veel uit, zat in commissies en had veel vrienden, daar was ik geliefd! Huur betaalde ik niet en ik werd weer uit een kamer gezet. Op werk ging het daardoor ook niet goed en de relatie met mijn ouders werd er steeds slechter op.

Alleen

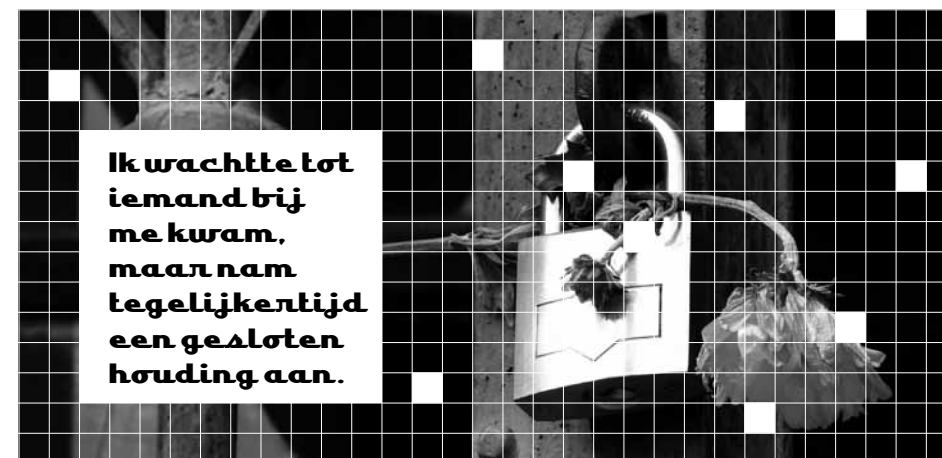
Gek genoeg dacht ik dat de hulp van de psychologe had gewerkt en dat ik gewoon een verkorte HBO moest gaan doen: Schoevers Officemanagement! Nou, drie keer raden... Deze keer haalde ik het jaar met gemak, zonder veel naar de lessen te gaan. Maar toch had ik weer datzelfde gevoel van er niet tussen te passen, iedereen die zoveel moeite had met de stof en ik die nooit naar de les ging en dan een 8 haalde, dat vonden ze volgens mij niet leuk (ja, ik dacht voor anderen). Tijdens de pauzes zat ik alleen aan een tafel mijn boterham te eten. Ik wachtte tot iemand bij me aan tafel kwam, maar nam tegelijkertijd een gesloten houding aan. Ondertussen ontwikkelde de

borderline zich steeds verder. Niemand had door hoe slecht het met mij ging; ik had zo graag gewild dat een van de leraressen het wist, of met me ging praten, me erdoorheen sleepte. Er was één lerares die me extra stof gaf en vond dat ik haar vak erg goed volgde. Maar ook zij had niet door hoe slecht het met mij

ging... Na dit eerste jaar hoefde ik nog maar één jaar en dan zou ik een Schoevers HBO Officemanagement diploma hebben, maar ik ging/kon al niet naar de introductiedag voor het tweede jaar. Daarna was de stap zo groot om alsnog naar school te gaan, dat ik het te lang uitstelde en me uiteindelijk heb uitgeschreven. Mijn ouders moesten nog wel schoolgeld voor dat jaar betalen.

Borderline

Mijn ouders hebben altijd mijn studies betaald en ik voelde me zo schuldig, maar voelde en wist ook dat ik er echt niets aan kon doen. En daarom baalde ik nog meer van mezelf: ik begon mezelf te haten en de symptomen van borderline kwamen tot volle bloei, alle negen (behalve dissociatie) waren aanwezig. Uiteindelijk heb ik in 2003 goede hulp gevonden bij Altrecht en ben in behandeling gegaan.



Ik wachtte tot iemand bij me kwam, maar nam tegelijkertijd een gesloten houding aan.

Mijn ouders zijn ook hulp gaan zoeken om te leren hoe ermee om te gaan. Besloten werd dat ik voorlopig even niet aan werk/studie moest denken, maar aan mezelf. Dus eerst een stabiele omgeving creëren en bij het UWV een uitkering aanvragen. Die kreeg ik niet: ik kon makkelijk dertig uur per week werken, zeiden ze. Maar dat kon ik niet. Ik was niet in staat om te beseffen dat ik een bezwaar tegen deze beslissing had kunnen indienen en om actie te ondernemen. Ik kon al jaren mijn administratie niet zelf doen. Mijn moeder heeft me enorm gesteund en geholpen hierin. Ik kreeg bijstand zonder sollicitatieplicht, ik vond een kamer, mijn moeder werd bewindvoerder en ontving mijn uitkering (ik kreeg tweewekelijks zakgeld uit mijn uitkering voor eten en andere dingen) en ik volgde therapie.

Reïntegratie

In 2006 was ik echt een heel eind vooruit: ik woonde al langere tijd zonder problemen op één en dezelfde kamer, ik had een vaste uitkering, ik had weer een sociaal leven en de relatie met mijn ouders werd steeds beter. Tijd voor reïntegratie! Ik kwam bij een heel goed bureau terecht en wilde graag de MBO-opleiding tot ervaringsdeskundige volgen. Ik zat sinds 2005 bij Stichting Borderline als vrijwilliger en merkte dat ik positieve energie

haalde uit het feit dat ik anderen kon helpen. Maar ik mocht geen opleiding volgen van de gemeente Nieuwegein, omdat mijn basisniveau te hoog was en ik kon volgens hen met mijn VWO uit 1997 makkelijk een baan vinden. Ik wist en vond van niet en wist dat als ik dat zou doen, ik binnen een half jaar weer zou terugvallen, omdat ik niet op mijn plek was op zo een functie. Het UWV kwam zelfs met functies als postbode of in een banketbakkerij taarten versieren (dat is tegenwoordig aan de lopende band)! 'No way,' dacht ik. Ik wilde zo graag nog leren, een opleiding volgen en verder komen in het leven dan alleen vrijwilligerswerk. Maar dat kon en mocht niet. Ik zou het allemaal zelf moeten betalen. Vervolgens ben ik gaan kijken naar thuisstudies als NTI, LOI, maar dat was gewoon te duur voor mij, ook duaal MBO en avondopleidingen kon ik niet betalen met een uitkering en bovendien mocht ik het dus ook niet doen van de gemeente. Wat dan? Fulltime werken kon ik ook nog niet. Ik had het idee dat ik niet verder in het leven zou komen. De vicieuze cirkel waarin ik zat, werd me teveel. Ik wilde liever uren en werk opbouwen, dan afbouwen zoals in het verleden. Ik bleef bij de stichting en bleef vanuit reïntegratie solliciteren, maar kwam niet aan een baan: ik had niet genoeg werkervaring of niet de juiste opleiding, etc.

Nieuwe mogelijkheden

Maar toen ik de wanhoop nabij was en alle mogelijkheden had bekeken, kwam de oplossing: de vacature van coördinator bij Stichting Borderline kwam vrij! Voor twaalf uur per week. Ideaal voor mij. Ik werkte alweer twee jaar bij de stichting en ik had mijn draai daar helemaal gevonden, dus solliciteerde ik naar deze functie. Het ging perfect en ik kreeg de baan. Tot april 2008 heb ik alleen deze baan van twaalf uur gehad, maar toen dat goed ging, wilde ik er iets bij doen (ook om rond te komen en helemaal uit de bijstand te komen). Ik vond werk als nanny bij een organisatie voor 60 uur per maand. Nu werk ik de ene week 22 uur en de andere week 32 uur. En weet je wat het gekke is? Die uren geven me juist extra energie, ik zag het leven weer goed komen. Ik wist wat ik leuk vond, kwam achter steeds meer kwaliteiten van mezelf en sinds 2008 merk ik dat ik wil leren. Niet omdat ik zo graag dat papier-tje wil of denk dat ik aan mijn ouders' verwachtingen moet voldoen, maar omdat ik het leuk vind.

Psychologie

Eind 2008 kwam iemand van de OU (Open Universiteit) langs om de OU bij Stichting Borderline voor te stellen. Ik raakte geïnteresseerd en kon me herinneren een paar jaar geleden op hun site te hebben rondgeneusd. Het gesprek kwam op de studies die ze aanbieden, de mogelijkheden en het collegegeld. Voor mij was dit ideaal! Ik heb me ingeschreven voor de studie Psychologie. Met mijn inkomen had ik recht op een enorme korting op het lesgeld, waardoor ik niet in de financiële problemen zou komen. Ik heb in januari mijn eerste module ontvangen: 'Inleiding Psychologie', een mooi dik boek en een syllabus. Via internet kan ik alles doen: extra materiaal vinden, tussentijdse testen maken, mijn studieplan volgen, contact met medestudenten en professoren onderhou-

den en natuurlijk tentamens aanvragen. Het is wel weer wennen om na zeven jaar weer te studeren. Ik merk dat ik wel moet leren hoe je moet studeren. Maar ik geef mezelf de tijd en kans daarvoor. Ik rooster vaste dagen in (ook uren in het weekend) om aan de studie te zitten en die moet ik van mezelf aanhouden, anders lukt het niet. Tevens studeer ik nu omdat mijn interesse daar ligt, ik mijn hersenen actief wil houden en voor mijn gevoel (nog lang) niet uitgeleerd ben. Ik doe het niet om binnen een bepaald tijdsbestek voor mijn bachelor te gaan, maar zie het als een enorm leerzame hobby. Natuurlijk wil ik het wel uiteindelijk halen, maar ik moet niet te hoge en onrealistische verwachtingen scheppen voor mezelf. Ik vind

Ik merk dat ik wel moet leren hoe je moet studeren. Maar ik geef mezelf de tijd en kans daarvoor.

de stof enorm interessant en heb inmiddels de eerste twee hoofdstukken afgerond. Ik merk dat ik het nu allemaal qua planning red, maar bij een 40-urige werkweek zou het teveel voor me worden. Mijn doel is dan ook om in de toekomst een baan tussen de 22 en 32 uur te vinden waardoor ik aan mijn studie kan blijven werken, en natuurlijk het liefst

een baan waarbij ik mijn studie psychologie kan toepassen!

Voor iedereen die twijfelt over alsnog gaan studeren: probeer het gewoon, zet jezelf niet onder druk omdat je dat papiertje wil halen, maar doe het omdat je het zelf wilt en leuk vindt! Rooster tijd ervoor in en houd je daaraan. Het is echt niet zo dat je sociale leven op het spel komt te staan. Ik plan afspraken nu op de vrijdag- of zaterdagavond en dat gaat prima. Lukt het niet, dan heb je het in ieder geval geprobeerd en alle stof die je tot dan toe hebt opgenomen heb je in ieder geval.

Nou, dan is het nu weer tijd voor mij om in de boeken te duiken!

■ Door Kavita

Puin ruimen

Sinds twee maanden ben ik eindelijk helemaal stabiel!! Wat een opluchting, pffff. Ik heb het zo slecht gehad, dat wil je niet weten. Mijn vechtlust heeft zich weer bewezen. Ik kan het! Ik overleef alles. Zelfs de diepste, donkerste gangen die mijn brein mij parten speelt. Ik ben er weer! Ik heb gelukkig de lust van het leven weer teruggekregen in plaats van de hele dag in mijn bed te willen liggen, totdat de dag weer door de nacht is overgenomen. Heel even kon ik dan mijn rustpunt weer vinden en denken: nu eerst lekker slapen! Alleen deed ik dat niet meer. Van totale uitputting sliep ik drie uur om daarna weer wakker te schrikken en dan begon het drama van de paniek en het piekeren weer opnieuw. De cijfers op de wekkerradio keek ik weg en de morgen kwam steeds dichterbij, dan moest ik weer. Opnieuw een nieuwe dag, waar ik mij heen moest slepen. En maar hopen dat mijn herstel weer dichterbij kwam. Waarom kan ik niet gewoon onder een steen kruipen en terug komen als ik mijn eigen ik weer gevonden heb? Nee, ik moet gewoon door vechten en wachten op die welverdiende rust die aan het einde van mijn tunnel ligt. En gelukkig heb ik het einde van de tunnel weer gered.

Alleen zijn we er nog niet. De heftige periode heeft diepe wonden in onze relatie geslagen. Ondanks dat we met 100% voor een kind gekozen hadden en wisten dat de kans groot was dat ik ziek zou worden, zijn we er toch voor gegaan. De geboorte van onze kleine kerel heeft ons doen schudden op onze grondvesten en

heeft onze relatie op zijn kop gezet. Mijn man had niet alleen de zorg voor zijn net geboren zoon, maar had ook nog eens te maken met een geflipte vrouw die redelijk onvoorspelbaar was. Na die geweldige ervaring van het krijgen van een kind, werd ons leven een grote oorlog, waarin we als man en vrouw tegen over elkaar stonden. Hij begreep mij niet en ik hem niet. We hadden op dat moment maar één ding gemeen en dat was ons lieve, schattige kereltje die helemaal van ons tweeën was. Maar verder stonden we mijlen ver uiteen. We hebben allebei tien maanden lang moeten overleven,

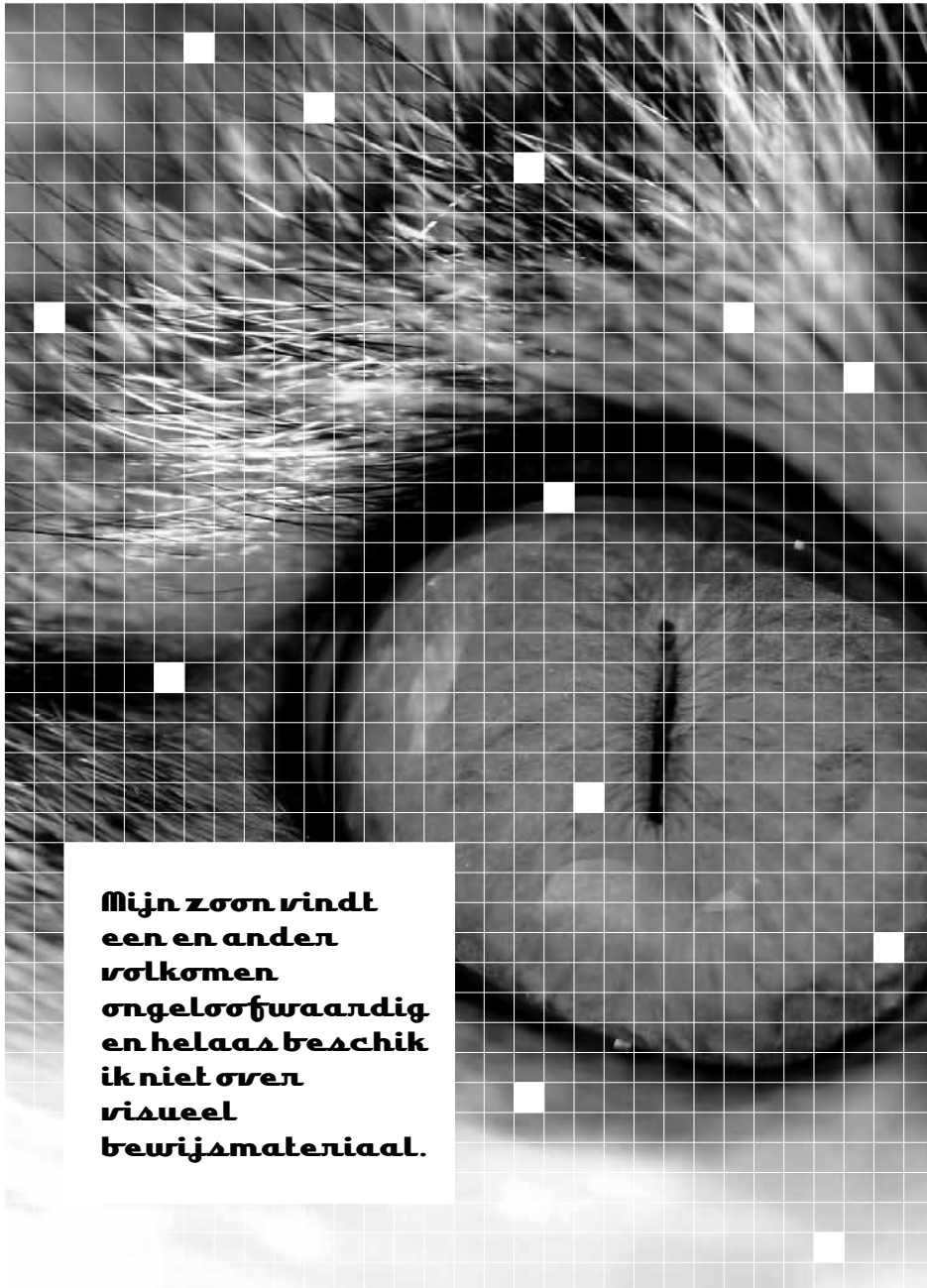
en daar tussendoor moeten zorgen voor ons kind. We waren er allebei van overtuigd, dat hij niets mocht merken en dat is gelukt, maar het heeft er bij ons behoorlijk ingehakt.

Nu is de tijd gekomen om puin te ruimen en tegen elkaar te zeggen wat we te zeggen hebben. Ik ben niet alleen ziek geweest, maar voor mijn man ook een onmogelijk mens om mee samen te leven en dat

zorgde voor een hoop stress. We hadden allebei meerdere keren de deur uit willen lopen, maar geluk van god is dat niet gebeurd. Door nu samen te praten over wat ons overkomen is en af en toe is flink tegen elkaar te keer gaan, kunnen we eindelijk ons verdriet en frustratie uiten. Door begrip en respect voor elkaars gevoel te hebben, kunnen we weer een nieuwe, frisse start maken en eindelijk gaan genieten van alles wat ons dierbaar is.

■ Door Yezzie

De geboorte van onze kleine kerel heeft ons doen schudden op onze grondvesten en heeft onze relatie op zijn kop gezet.



Mijn zoon vindt een en ander volkomen ongeloofwaardig en helaas beschik ik niet over visueel bewijsmateriaal.

Mijn dier en ik

In deze rubriek vertelt iemand met borderline over de speciale band die zij heeft met haar huisdier(en).

Ik heb sinds zeven jaar een poes in huis. Ze heet Pebbles en ze was er één van twee: ik had twee zusjes uit hetzelfde nest kittens uitgezocht. Ze leken op elkaar zoals een eeneiige tweeling en waren dol op elkaar, en ik was dol op hen. Helaas werd Maus met twaalf maanden schuin voor de deur overreden en verloor Pebbles haar maatje. Dat was een erg verdrietige periode voor èn vrouwtje en Pebbles en het duurde een poos voordat we ons daarbij neerlegden. Pebbles' oortjes gingen hangen als flapjes naar beneden en de dierenarts legde uit dat katten ook kunnen rouwen. Een tijdje was het een zielig hoopje kat. Omdat Pebbles nog zo jong was, probeerde ik een andere katten als gezelschap voor haar: Zoë. Pebbles is wat jaloers aangelegd en accepteerde Zoë slecht: na vier maanden moest ik voor dit poesje een ander gezin zoeken wat goed lukte en daar is zij nu goed thuis en een blijde poes. Denkt u alstublieft niet dat haar wegdoen een makkelijke keuze was. Na vier maanden was ik ook dol op dit poesje. Maar ik bedacht mij eerlijk is eerlijk Pebbles was hier eerst.

Pebbeltje en ik zijn een verhaal apart samen. De dierenarts merkte laatst op, nou zo'n band tussen eigenaar en kat zie ik niet vaak: het is net een hond zoals ze doet. We wonen met z'n tweetjes al die jaren, en omdat er niemand anders is klets ik de hele dag tegen haar aan. Mijn zoon vindt dat wat verontrustend maar ik doe het toch. Daardoor weet ze commando's die doorgaans alleen voor hondenbreinen zijn te volgen. Dingetjes zoals: 'ga je mee?', 'Pebbeltje eten?', 'kom, kijk eens, vogeltjes!', 'hou op!', 'NEEN', 'kom maar' (in andere toonsoort) en 'Peb drinken?' zijn zinnertes die

direct worden begrepen en opgevolgd.

Als de kat in de achterkamer zit en de vrouw in de voorkamer vogels ziet op het dak tegenover ons, en zegt: 'vogels' dan komt ze aangesjeesd en zit ze klappertandend in de vensterbank. Mijn zoon vindt een en ander volkomen ongeloofwaardig en helaas beschik ik niet over visueel bewijsmateriaal. Haar gemekker, haar gezeur om eten, haar zenuwachtig doen, haar zoeken naar mij als ze thuis komt en me niet direct ziet zijn allemaal unieke dingen die Pebbles tot Pebbles maakt. Maar ook het schootkat zijn, het altijd willen geaaid worden en haar enorme nieuwsgierigheid is Pebbles ten voeten uit. Samen hebben we heuse dialogen. Als ze buiten iets meemaakt wat haar weer de stuipen op het lijf jaagt, komt ze met klaagzangen thuis en moet ik haar als een klein kind oppakken en troosten. Haar gemiauw is dan van een ander soort orde als die van het willen eten bijvoorbeeld. Ik zou er eigenlijk een geluidsband van moeten maken. Al met al geeft het veel gezelligheid en saamhorigheid. Ik ben dol op mijn kat, al kan ik haar soms ook achter het behang plakken. Wat ik erg vervelend vind, is haar gevis UIT de vijver. Ik ben ook dol op mijn kikkers die kleintjes produceren en elk voorjaar is het druk daar. Er komen kikkers terug naar huis die in de vijver zijn geboren en mevrouw lijkt dat te weten. Het bespieden begint en elke dag ben ik wel druk met één of ander beest te redden uit haar klauwen. Toch zou ik haar voor geen goud willen missen: mijn poezenkind! Ongetwijfeld gaan we nog veel beleven met elkaar! Een poezengroet,

■ Door Joan

Donateur worden?

Zonder donateurs geen subsidie, zonder subsidie geen Stichting Borderline.

Uw financiële steun is van groot belang voor het voortbestaan van onze stichting! Dankzij donateurs kunnen wij onze activiteiten voortzetten en daarmee de belangen van mensen met borderline blijven behartigen.

Als donateur

- Steunt u Stichting Borderline
- Wordt u op de hoogte gehouden van onze activiteiten
- Ontvangt u onze nieuwsbrief
- Krijgt u korting op de entree van onze Landelijke Dag

Wilt u ons steunen?

Vul onderstaande strook in en stuur deze naar:

Stichting Borderline
Postbus 1147
3500 BC Utrecht

Of ga naar www.stichtingborderline.nl en meld u via het digitale formulier aan. Vermeld bij uw betaling dat u Nieuwe Donateur bent!

.....
Ja, ik word graag donateur van Stichting Borderline, voor (minimaal) € 22,50 per jaar.

Naam _____

Adres _____

Postcode _____

Woonplaats _____

Telefoon _____

E-mail _____