

---

*Jaarverslag Stichting Borderline*  
*2018*

---



## **Samenvatting en dankwoord**

Stichting Borderline verkeerde in 2018 in rustig vaarwater. De bureau coördinator, de vrijwilligers en een bestuurslid hielden het bureau draaiende, stonden mensen te woord aan de lotgenotentelefoon, beantwoordden mails, en hielden website en social media bij. De redactie van de nieuwsbrief bleef het hele jaar op sterkte. En ook de voorlichting werd met enthousiasme gedaan. De Publieksdag in november 2018 was wederom een hoogtepunt in het jaar. En voor de tweede keer sinds 2017 was de drukbezochte Naastendag in juni 2018.

Het bestuur had als beleid om de personele basis van bureau coördinator en vrijwilligers zo solide mogelijk te houden als ook de basis werkzaamheden van lotgenotencontact en voorlichting.

Ook financieel was het een rustig jaar. De financiën zijn op orde, de Stichting is gezond en eindigde het jaar met een positieve balans.

Het bestuur van Stichting Borderline dankt alle medewerkers, donateurs, vrijwilligers, subsidiegevers en samenwerkingspartners van harte bedanken voor hun inzet en/of geschonken vertrouwen in 2018.

## Inhoudsopgave

Samenvatting en dankwoord.....	2
1. Inleiding .....	4
2. Wat is borderline? .....	4
3. Financiën en donateurs .....	4
4. Medewerkers.....	5
4.1. Bestuur .....	5
4.2. Raad van Advies.....	5
4.3. Landelijk coördinator.....	5
4.4. Vrijwilligers .....	5
5. Activiteiten 2017.....	6
5.1. Kantoor .....	6
5.1.1. Telefoon.....	6
5.1.2. E-mail.....	8
5.1.3. Bestellingen .....	8
5.2. Forum .....	8
5.3. Nieuwsbrief .....	8
5.4. Website en social media.....	9
5.5. Voorlichting .....	9
5.6. PR.....	9
5.7. Publieksdag.....	9
5.8. Afvaardiging in het LPGGz .....	10
6. Positie Stichting Borderline eind 2018 .....	10
7. Visie bestuur op de nabije toekomst.....	10

## 1. Inleiding

Stichting Borderline is een landelijk erkende cliënten- en familieorganisatie. Stichting Borderline richt zich in eerste instantie op mensen met BPS, hun omstanders en hulpverleners. Zij kunnen bij de Stichting terecht voor lotgenotencontact en advies maar ook voor schriftelijke en mondelinge informatie. Er is een team dat voorlichting over borderline geeft op onderwijsinstellingen en bij diverse organisaties. Stichting Borderline geeft een nieuwsbrief uit met actuele informatie over borderline en ervaringsverhalen. Jaarlijks organiseert de Stichting een landelijke Publieksdag.

De Stichting wil het negatieve en eenzijdige beeld, dat er in de samenleving over het algemeen over borderline bestaat, nuanceren door goede voorlichting en informatie over borderline te geven.

In dit jaarverslag vindt u een overzicht van de activiteiten van Stichting Borderline in het jaar 2018.

## 2. Wat is borderline?

---

Borderline is een persoonlijkheidsstoornis waaraan in Nederland ongeveer 150.000 tot 200.000 mensen lijden. De stoornis komt drie keer vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. De diagnose Borderline Persoonlijkheidsstoornis kan alleen door een psychiater of psychotherapeut worden gesteld. Volgens de DSMV moet er voor het verkrijgen van de diagnose borderline aan vijf van de negen onderstaande criteria worden voldaan:

- Krampachtig proberen te voorkomen om feitelijk of vermeend in de steek gelaten te worden.
- Een patroon van instabiele en intense relaties met anderen, gekenmerkt door wisselingen tussen overmatig idealiseren en kleineren (extreem zwart-witdenken, iemand is geweldig of waardeloos).
- Identiteitsstoornis: aanhoudend wisselend zelfbeeld of zelfgevoel.
- Impulsiviteit met negatieve gevolgen voor zichzelf op minstens twee gebieden. Bijvoorbeeld: geldverspilling, veel wisselende seksuele contacten, middelenmisbruik, roekeloos rijgedrag, vreetbuien.
- Terugkerende pogingen tot zelfdoding, gestes of dreigingen, of zelfverwonding.
- Sterk wisselende stemmingen, als reactie op gebeurtenissen. Dit kan leiden tot periodes van intense somberheid, prikkelbaarheid of angst, meestal enkele uren durend en slechts zelden langer dan een paar dagen.
- Een chronisch gevoel van leegte.
- Inadequate, intense woede of moeite boosheid te beheersen. Dit uit zich in driftbuien, aanhoudende woede of herhaaldelijke vechtpartijen.
- Voorbijgaande, aan stress gebonden paranoïde ideeën of ernstige dissociatieve verschijnselen.

## 3. Financiën en donateurs

In 2018 kreeg de Stichting een instellingssubsidie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport van € 45.000 voor voorlichting en lotgenotencontact. Overige baten komen uit donateursbijdragen het geven van voorlichting, de verkoop van voorlichtingsmateriaal, bijdragen voor de organisatie van de Publieksdag en de toegangsgelden voor de Publieksdag.

In 2018 had Stichting Borderline op de peildatum 1 september 127 vaste donateurs.

De financiële administratie is in handen van administratiekantoor Figaro, een leerwerkbedrijf voor mensen met psychiatrische en/of verslavingsproblemen.

Financieel gezien staat de stichting er goed voor.

## 4. Medewerkers

---

### 4.1. Bestuur

---

Het bestuur bepaalt het beleid, stuurt en stelt prioriteiten in de uitvoering, maakt jaarplannen en stuurt het kantoor aan.

Het bestuur bestond eind 2018 uit de volgende personen:

- Ad Kaasenbrood: voorzitter - psychiater
- Hans de Jong: *penningmeester* – maatschappelijk werker
- Wil van der Sluis-Bont : *secretaris* - lotgenoot
- Mady Alexander: *algemeen bestuurslid*, portefeuille belangenbehartiging -lotgenoot
- Petra Janssen: *algemeen bestuurslid*, portefeuille webmaster - lotgenoot
- Ingrid Wessels: *algemeen bestuurslid*, portefeuille voorlichting - lotgenoot

Het bestuur kwam in 2018 negen keer bijeen. Van de vergaderingen zijn notulen gemaakt. De bureau coördinator is altijd een deel van de vergadering aanwezig.

### 4.2. Raad van Advies

---

De Raad van Advies geeft gevraagd en ongevraagd advies aan het bestuur.

De Raad van Advies kwam niet bijeen in 2018.

Eind 2018 bestond de Raad van Advies uit:

- Roel Verheul: voorzitter Raad van Bestuur van de Viersprong, bijzonder hoogleraar persoonlijkheidsstoornissen UvA.
- Yoram van Maaren: psycholoog

### 4.3. Landelijk coördinator

---

Karlijn Smits was heel 2018 bureau coördinator. Zij heeft een aanstelling voor twintig uur. Haar belangrijkste taken zijn: het aanspreekpunt zijn van de stichting, het werven en coachen van de vrijwilligers, planning en coördinatie van activiteiten en producten.

### 4.4. Vrijwilligers

---

Stichting Borderline kan haar kernwerkzaamheden (lotgenotencontact en voorlichting over borderline) alleen doen wanneer er voldoende vrijwilligers zijn. Op 1 januari 2018 waren er 18 vrijwilligers en op 31 december 2018 20 vrijwilligers (exclusief het bestuur). Dat betekent dat het vrijwilligersbestand in 2018 redelijk stabiel was.

Zij hielden zich bezig met diverse vormen van lotgenotencontact, kantoorwerkzaamheden, het organiseren van de Publieksdag, promotie activiteiten, voorlichting, de redactie van de nieuwsbrief, website en social media.

In december was er een vrijwilligersbijeenkomst te Amersfoort.

## 5. Activiteiten 2018

---

In de volgende paragrafen worden de diverse activiteiten van Stichting Borderline beschreven.

### 5.1. Kantoor

---

Het kantoor is drie dagen per week bemenst, op maandag, woensdag en vrijdag van 10:30 uur tot 14:30 uur.

Naast de bureau coördinator waren er in 2018 drie vrijwilligers en een bestuurslid die allen één dag in de week op kantoor werkten. Zij deden de lotgenotentelefoon, de email, donateursadministratie, de website, de social media, en andere voorkomende werkzaamheden.

De Landelijke Stichting Zelfbeschadiging houdt ook kantoor in de Kargadoor. Er is inhoudelijke overlap tussen beide organisaties in zoverre dat veel mensen met BPS zichzelf beschadigen. Omgekeerd hebben niet alle mensen die zichzelf beschadigen BPS.

Er is geregeld contact tussen medewerkers van beide stichtingen. De stichtingen verwijzen naar elkaar, zijn aanwezig op elkaars publieksdagen en werken samen in een aantal projecten.

#### 5.1.1. Telefoon

---

Drie dagen per week is Stichting Borderline een aantal uren bereikbaar voor informatie over borderline en het omgaan met borderline, lotgenotencontact en een luisterend oor.

In totaal zijn in 2018 382 telefoongesprekken gevoerd met lotgenoten (162) en omstanders (218) en anderen (2), (in 2017 216 gesprekken met 98 lotgenoten en 118 omstanders, in 2016 293 gesprekken met 118 lotgenoten, 172 omstanders en 3 anderen, in 2015 156 gesprekken met 75 lotgenoten en 81 omstanders; in 2014 127 gesprekken). Wederom zijn er meer gesprekken gevoerd met omstanders dan met lotgenoten.

Na het gesprek noteren de medewerkers aard en thema('s) van het gesprek. De bureau coördinator schat dat 85% van de gesprekken is geregistreerd.

Bij de omstanders waren de meeste bellers ouders of partners. Zij wilden bespreken hoe om te gaan met hun naaste met BPS, hun bezorgdheid uiten en praten over relatieproblemen.

Lotgenoten belden over uiteenlopende zaken maar ook bij hen ging het vaak om relatieproblemen en het contact met anderen. Ook gevoelens van somberheid, boosheid en leegte kwamen vaak voor. De telefoonmedewerkers vertelden dat de intensiteit van de gesprekken toeneemt. Werd een paar jaar

geleden nog vaak de vraag gesteld wat borderline is, nu krijgen telefoonmedewerkers ook onderwerpen als suicide te bespreken of emotionele ouders aan de telefoon die niet meer weten waar ze zorg voor hun kind kunnen vinden.

**Beller:**

	Aantal
Lotgenoten	116
Omstanders	218
Anders	2
<b>Totaal</b>	<b>382</b>

**Soort gesprek:**

	Aantal
Kort en informatief	70
Advies/Luisterend oor	310
Anders	0

**Intensiteit gesprek:**

	Aantal
Licht	189
Matig	80
Zwaar	11
Onbekend	2

**Lengte Gesprek:**

Tijd	Aantal
0-5 min	24
5-10 min	40
10-15 min	46
15-20 min	53
20-30 min	78
30-40 min	34
40-50 min	20
50-60 min	10
60+ min	7

### Maand waarin gesprek heeft plaats gevonden:

Maand	Aantal
Januari	29
Februari	34
Maart	45
April	28
Mei	33
Juni	18
Juli	10
Augustus	35
September	29
Oktober	53
November	31
December	35
Onbekend	0

#### 5.1.2. E-mail

---

De vrijwilligers op kantoor beantwoorden de mail. Het mailcontact kent dezelfde functies als het telefooncontact. Lotgenotencontact en informatieverstrekking. In 2018 zijn **464** lotgenotenmails beantwoord (in 2017 269, in 2016 163, in 2015 281, en in 2014 167).

#### 5.1.3. Bestellingen

---

Mensen kunnen via de website informatieve brochure van de NVVP en het beknopt boekje 'Alles of niets' over borderline, de DVD van de theatervoorstelling over borderline, de meest recente Nieuwsbrief en enkele artikelen, zoals de T-shirts uit de theater voorstelling en een Stichting Borderline armbandje, bestellen. De bestellingen worden vanuit kantoor verstuurd. Helaas heeft de webwinkel in 2018 niet of nauwelijks gefunctioneerd, er zijn maar 2 dvd's verkocht. In 2019 zal de webwinkel weer online zijn.

#### 5.2. Forum

---

Het Forum heeft in 2018 niet gefunctioneerd. Dat is opgeheven in verband met het installeren van een chat-functie.

#### 5.3. Nieuwsbrief/Magazine

---

In 2018 bestond de redactie van het Magazine van StiBo uit drie personen. Er zijn vijf nieuwsbrieven met kleurenprint geproduceerd. Vooral de ervaringsverhalen en de columns trokken de aandacht.



De nieuwsbrieven verschenen in een oplage van \*\*\* exemplaren (rond de veertig papieren exemplaren en rond de tachtig digitale exemplaren). De Magazines bevatten artikelen, interviews en een vragenrubriek.

De thema's van de nieuwsbrieven waren:

1. Borderline en stigma
2. Borderline en naasten
3. Borderline en hulpverlening (bij crisis)

#### 5.4. Website en social media

---

Stichting borderline is actief op facebook en twitter.

Op facebook zijn in 2018 **223** berichten geplaatst (in 2017 155, in 2016 43, in 2015 73, en in 2014 50). Het aantal bereikte personen was gemiddeld bijna **1859** per maand (in 2017 1,207, 2016 1.108, in 2015 900 en in 2014 285).

Op twitter zijn 90 tweets geplaatst (in 2017 59, 2016 41, in 2015 55, en in 2014 59). Op twitter had Stichting Borderline eind 2018 1.820 volgers (eind 2016 979, 2015 826 en eind 2014 658 volgers). Er zit nog steeds een stijgende lijn in het aantal volgers op twitter en bereikte personen via facebook.

Aan de website wordt bij voortdoring gewerkt om deze zo actueel mogelijk te houden.

#### 5.5. Voorlichting

---

Stichting Borderline geeft voorlichting bij diverse instanties. Hierbij wordt het algemene verhaal over borderline verteld, ondersteund door een powerpoint presentatie. Het verhaal wordt gecombineerd met het persoonlijke ervaringsverhaal van de voorlichter. Dit jaar heeft het voorlichtingsteam van Stichting Borderline **zeven** presentaties gegeven.

#### 5.6. PR

---

In 2018 was er geen pr-groep.

#### 5.7. Publieksdag

---

In 2018 vond de Publieksdag plaats op zaterdag 25 november in Meeting Plaza te Utrecht. De Publieksdag had als thema: *Levenskunst*. Er waren 124 betalende bezoekers. Inclusief de medewerkers aan de dag en de standhouders waren er bijna 145 aanwezigen.

De workshop werden gegeven door ervaringsdeskundigen, familieleden en hulpverleners.

De dag begon met een plenair gedeelte met een verhaal van Karlijn Smits en Tim van Zijl.

Daarna waren er twee rondes met workshops. Thema's van de workshops:

- 'Vraag maar raak' voor familieleden van mensen met borderline,
- 'Vraag maar raak' voor alle geïnteresseerden,
- 'Vraag maar raak' voor mensen met borderline en partner;
- Borderline en verslaving;
- Steekje los, info over borderline;
- Waar dien je als hulpverlener op te letten bij de behandeling;

- MBT (Mentalisation Based Therapy)
- Ouders met borderline en opvoeding van kinderen
- SFT (schema focused therapy)
- Workshop EQfit gebruikmakend van muziek.

Ook dit jaar was er een kleine informatiemarkt met stands van diverse instellingen en organisaties. Meer dan de helft van de bezoekers vulde een evaluatieformulier in. Daaruit bleek onder andere dat de meeste bezoekers de duur van de publieksdag precies goed vonden zo. Maar er waren ook enkele bezoekers die voortijdig de bijeenkomst verlieten omdat de confrontatie met het ziektebeeld toch te heftig voor ze bleek te zijn. Over het programma waren de bezoekers redelijk tevreden.

## 5.8. Afvaardiging in het LPGGz

---

Bestuurslid Paul Ulrich was de eerste helft van 2018 afgevaardigde naar de Algemene Ledenvergadering (ALV) van het Landelijk Platform GGz (LPGGz), nam deel aan vergaderingen en verschillende werkgroepen van het LPGGz.

Onderwerpen: Zorgstandaard BPS.

Stichting Borderline participeert met Paul Ulrich in het voucherproject 'Naasten in kracht'. Doel van het project is het maken van een digitale vorm van ondersteuning van naasten.

Stichting Borderline maakt als lid van het LPPGGz deel uit van Mind. Mind werd in november 2016 gelanceerd met een grote bijeenkomst in het Beatrixtheater.

## 6. Positie Stichting Borderline eind 2018

---

De stichting is qua bestuur en kantoor eind 2018 op sterkte.

Er zijn voldoende vrijwilligers voor lotgenotencontact, kantoor, de redactie van de nieuwsbrief, voorlichting. Het aantal donateurs is krap.

Financieel is de stichting gezond met een klein overschot op de balans.

## 7. Visie bestuur op de nabije toekomst

---

Het bestuur is van mening, dat Stichting Borderline in de jaren 2018 en 2019 moet groeien om haar doelgroep beter te vertegenwoordigen. De jaren 2018 en 2019 zullen het aantal donateurs moeten toenemen. Verder moet Stichting Borderline ook in 2018 zich vooral richten op het kwalitatief verbeteren van de bestaande activiteiten. Hierbij is het van belang om niet teveel tegelijk aan te willen pakken, maar te focussen en prioriteiten te stellen. In 2019 zal Stichting Borderline weer een bestuurslid afvaardigen in het LPGGz

Prioriteiten blijven het werven van donateurs en nieuwe vrijwilligers, vooral voor lotgenotencontact.

Nu het bureau redelijk stabiel op sterkte lijkt te zijn, is het ook tijd om de te werken aan de kwaliteit van de lotgenotentelefoon. De vrijwilligers op training en intervisie van oudgedienden.

Het bestuur gaat in 2019 door met het verkennen van de mogelijkheden om samen te werken met de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging.