Borderline-Trialog MV Online

Du magst Dich zum Thema *„Borderline und Therapieformen“* austauschen?

Dann bist Du herzlich eingeladen, am nächsten Online-Trialog am *11·04·2024* teilzunehmen. Dort dreht es sich um genau dieses Thema. 😊

Bringe gern eigene Unterthemen und Fragen mit in den Trialog, die Dich hierzu interessieren.

Was ist ein Borderline-Trialog?

Der Trialog ist ein *gemeinsamer Erfahrungsaustausch* zwischen Borderline-Betroffenen, ihren Angehörigen und Freunden, professionellen und begleitenden Helfern & am Thema Interessierten.
Er schafft eine Grundlage, um die Stigmatisierung von Borderline in der Gesellschaft zu minimieren und ein *besseres Verständnis füreinander* aufzubringen.
Hier bekommst Du die Möglichkeit mehr miteinander und weniger übereinander zu reden und Dich zu öffnen.
Im Trialog sind *alle Teilnehmer gleichberechtigt*, egal welche Perspektive sie vertreten. Du darfst über Deine individuellen Erfahrungen offen sprechen.
Die Trialoge sind keine Vortragsveranstaltungen. Es kommen alle zu Wort, die etwas sagen möchten, aber nicht müssen.
Die Treffen finden *alle sechs Wochen* statt.
Der Trialog ist *kein Therapieersatz*, sondern vielmehr eine Ergänzung und wichtiger Stützpfeiler.

Ablauf des Abends

- Begrüßung
- Vorstellungsrunde
- Erfahrungsaustausch
- abschließende Worte
- Themensammlung für den Folge-Trialog

Haltung im Trialog

- Begegnung und Austausch auf gleicher Augenhöhe
- Du bist Experte, egal welche Rolle Du im Trialog einnimmst
- die „Wahrheit“ ist subjektiv

Gruppenregeln

- Du bist für Dich selbst verantwortlich – achte z.B. auf Deine eigenen Grenzen
- „skille“ gern bei Bedarf
- Pausen kannst Du eigenverantwortlich bei Bedarf machen
- verzichte möglichst auf (Be-)Wertungen
- sei vorsichtig mit Ironie und Sarkasmus
- respektiere Dich und andere

11. April 2024

18 - 20:00 Uhr online über Senfcall

Zielgruppe? Borderline-Betroffene, ihre Angehörigen und Freunde, professionelle Helfer & am Thema Interessierte

Ich bitte um eine Rückmeldung, ob Du teilnimmst unter: Borderline-Trialog-MV.CL@web.de
→ Nach Deiner Anmeldung sende ich Dir die Login-Daten und technische Hilfen in der Trialog-Woche zu.
→ Bitte logge Dich am 11.04.2024 um 17:45 Uhr ein. Die Veranstaltung startet um 18:00 Uhr.

Falls Du Themenvorschläge für die kommenden Trialoge hast, sende diese gern per E-Mail.
Gern darfst Du den Trialog in Deinem Umfeld teilen.

Sei dabei! Ich freue mich auf Dich. 😊

Herzlichst
Lina & Co