

# Sozialpsychiatrische Informationen

3/2009

39. Jahrgang

Sonderdruck

## **Borderline-Trialog**

*Anja Link und Christiane Tilly*

12–14

**ISSN 0171 - 4538**

### **Verlag:**

Psychiatrie-Verlag GmbH, Thomas-Mann-Str. 49a, 53111 Bonn  
www.psychiatrie-verlag.de, E-Mail: verlag@psychiatrie.de

### **Erscheinungsweise:**

Januar, April, Juli, Oktober

### **Abonnement:**

Printausgabe: jährlich 30,- € einschl. Porto, Ausland 35,- €. Einzelpreis: 9,90 €  
e-paper: Jahresabo 27,- €, Einzelartikel 3,- €  
Bestellungen nimmt der Verlag entgegen.

### **Redaktionsanschrift:**

Frau Gabriele Witte, Klinikum Region Hannover GmbH  
Klinik f. Psychiatrie u. Psychotherapie – Institutsambulanz;  
Rohdehof 5 , 30853 Langenhagen

Tel: 0511/73 00-590; Fax: 0511/73 00-518; gabriele.witte.langenhagen@klinikum-hannover.de

### **Redaktion:**

Michael Eink, Hannover  
Hermann Elgeti, Hannover  
Helmut Haselbeck, Bremen  
Gunther Kruse, Langenhagen  
Sybille Prins, Bielefeld  
Renate Schernus, Bielefeld-Bethel  
Ulla Schmalz, Düsseldorf  
Ralf Seidel, Mönchengladbach  
Peter Weber, Celle  
Stefan Weinmann, Berlin  
Dyrk Zedlick, Glauchau



Psychiatrie-Verlag

## **Borderline-Trialog**

### **Die Chance geteilten Wissens**

**Anja Link und Christiane Tilly**

*»Seit ich die Trialog-Treffen besuche, kann ich meine Tochter viel besser verstehen. Durch die Erzählungen der anderen Betroffenen im Trialog erfahre ich, warum Betroffene sich selbst verletzen und verstehe, dass nicht die Absicht, uns Eltern zur Verzweiflung zu bringen, dahintersteht. Zuhause kommen wir jetzt wieder gut miteinander klar.«* So berichtet es eine Angehörige, während ein Profi seine Erfahrungen mit dem Trialog folgendermaßen beschreibt: *»Der Trialog ist im Grunde besser als jede Fortbildung; hier erfahre ich über das Erleben der Betroffenen mehr als in jedem Fachbuch. Auch die Lösungsideen für den gemeinsamen Alltag mit Eltern und Partnern sind für uns interessante Ansätze.«* Für Borderline-Betroffene wiederum gibt es auch ein besseres verstehen, und auch eine Neubewertung: *»Ich habe lange geglaubt, die Fachleute verstecken sich hinter einer professionellen Maske, weil sie mich nicht leiden können. Als im Trialog eine Therapeutin erzählte, dass sie therapeutische Strategien als Werkzeug nutzt, wurde mir einiges klarer und ich konnte mich in meiner eigenen Therapie wieder mehr einlassen, weil ich die Profi-Seite neu definieren konnte«.* In diesen Äußerungen wird deutlich, was wohl das wichtigste Instrument des Trialogs ist: das Lernen und Verstehen über einen Stellvertreter.

Noch vor ein paar Jahren schien ein voneinander Lernen – in der Form, wie es seit Langem in den Psychose-Seminaren geschieht – bei der Borderline-Störung gar nicht möglich. Viel mehr war es häufig ein Gegeneinander – in der Therapie, im gemeinsamen Alltag mit Angehörigen oder auf psychiatrischen Stationen.

Für Borderline-Betroffene gab so etwas wie ein »Geheimwissen«. Von den Betroffenen wurde dieses Wissen gerne untereinander ausgetauscht – zum Beispiel im Raucherzimmer der psychiatrischen Klinik – und dann heimlich beobachtet und abgewartet, wie viel die Fachleute von diesen »Insider-Informationen« selbst herausfinden würden. Daraus wurde dann abgeleitet, wie hoch oder niedrig die Wertschätzung der Profis uns Betroffenen gegenüber sein könnte.

Auf der anderen Seite war es lange schwer, an Fachliteratur heranzukommen, erst Anfang der 1990er-Jahre kamen die ersten Bücher in deutscher Sprache auf den Markt, aus denen zu erfahren war, welches Wissen Fachleute über das Störungsbild hatten und welche therapeutischen Strategien für Betroffene verfügbar waren. Die Angehörigen wiederum wurden oft überhaupt nicht wahrgenommen; man könnte sogar sagen, dass es eine Art Ignoranz gab. Zu sehr waren die Beziehungen von Konflikten geprägt, als dass ein hilfreicher Austausch vorstellbar gewesen wäre – andererseits waren Angehörige nicht selten in der Situation, abrufbereit bei einem Therapieabbruch zur Verfügung stehen zu müssen oder den Lebensunterhalt der Betroffenen finanzieren

zu müssen, wenn das gesamte Sozialsystem sich für nicht zuständig erklärt hatte.

Alle Beteiligten waren weit davon entfernt, Erfahrungen und Wissen zu teilen und die Chancen, die sich daraus ergeben könnten, zu nutzen.

Nicht nur auf individueller Ebene gab es diese Schwierigkeiten. Vor etwa acht Jahren nahm die Berichterstattung über Borderline in den Medien zu. Ein Halbwissen mit plakativen Beschreibungen über Selbstverletzungen schwappte in die Öffentlichkeit, nicht mit dem Erfolg eines besseren Verstehens, sondern dem Beginn einer weitreichenden Stigmatisierung. So gab Frau Schröder-Köpf 2001 in einem Radio-Interview Auskunft darüber, dass sie die Sicherheit ihres Mannes durch »psychisch gestörte Leute, Borderliner« gefährdet sah, die sich legitimiert fühlen könnten, ihm etwas zu tun. Das Echo auf den Protest mehrere Betroffener an das Kanzleramt war eine Sammelmail mit der Stellungnahme einer Sekretärin, mehr ließ sich nicht bewegen. Gerade hier wurde deutlich, wie wichtig ein Zusammenschluss gewesen wäre, um der Verbreitung von so viel Unsinn wirksam entgegenzutreten zu können.

Etwa zur gleichen Zeit wurden die ersten Erfahrungsberichte von Menschen mit der Diagnose Borderline veröffentlicht. Ein erster Schritt zu einer Verständigung. Doch uns war das eigentlich zu wenig. Andreas Knuf schrieb im Nachwort des Buches »Leben auf der Grenze« im Jahr 2004: »Heute erscheinen ›Borderline-Seminare«, wie auch immer sie dann gestaltet sind, vielleicht unrealistisch – ich glaube jedoch, es wird sie bald geben. Worauf warten wir noch?«

Wo genau die Idee der praktischen Umsetzung eines der »Kinder des Psychose-Seminars« das erste Mal Form annahm, ist heute schwer zu sagen. Es gab einen Versuch einer Selbsthilfegruppe Borderline-Betroffener aus Berlin, mit Fachleuten der katholischen Fachhochschule dort zu kooperieren. Die Idee musste jedoch über mehrere Semester immer wieder verschoben werden und konnte zunächst nicht realisiert werden. Etwa zeitgleich hatten auch wir (die Verfasserinnen) überlegt, die Idee eines Borderline-Trialogs anzuschieben.

Zu diesem Zeitpunkt wohnten wir 600 km voneinander entfernt. Telefonisch hatten wir uns ein bisschen kennengelernt und uns über unsere Erfahrungen mit Borderline, mit Fachleuten und über die Trialogidee ausgetauscht. Wir beschlossen, uns persönlich zu treffen, um zu überlegen, ob es Möglichkeiten der Realisierung der Borderline-Trialogidee geben könnte. Im Austausch an diesem Tag entstand die Idee, eine Initialveranstaltung zu organisieren. Wenn es gut lief, würden vielleicht 50 oder 60 Leute kommen, vergleichbar dem Umfang eines Lesungs-Publikums bei einer »Borderline-

Lesung«. Stolz präsentierten wir diese Idee telefonisch einer Freundin, die abwinkte und meinte, das Ganze sei doch ein bisschen hochgegriffen und müsse viel gründlicher durchdacht werden. Fast hätten wir an dieser Stelle aufgegeben.

»Man entwickelt sich wohl immer *an* etwas, an einer Aufgabe, die man sich selber stellt oder einem gestellt wird«, so schrieb Dorothea Buck in einem persönlichen Brief an eine von uns im Juni 2000, bei einem Briefwechsel. Wenige Jahre später, im Jahr 2003, saßen wir im spätsommerlichen Ostwestfalen zusammen, um uns herum verstreut einige Bücher aus denen wir uns Anregungen erhofften – unter anderem »Auf der Spur des Morgensterns«, von Dorothea Buck – und planten den ersten bundesweiten Borderline-Trialog, ohne zu ahnen, wie groß die Aufgabe werden würde, die da vor uns lag.

Uns war klar, dass wir Unterstützer vonseiten der Fachleute brauchten. Wir wandten uns an Heiner Dehner, den Psychiatriekoordinator der Stadt Nürnberg. Trialog war für ihn kein Fremdwort und so war wenig Überzeugungsarbeit notwendig, um die Umsetzung einer Initialveranstaltung zu einem gemeinsamen Projekt zu machen. Was mit einer vorsichtigen Anfrage von uns und einer Antwort voller vorbehaltlosem Vertrauen von Heiner Dehner begann, ist in den Jahren der Zusammenarbeit zu einer echten Freundschaft geworden. Damals blickten wir zunächst nur staunend auf die Möglichkeiten, die sich aus der Arbeit im Team zu dritt ergaben: In Kürze war ein Programm mit einer Lesung am Vorabend und einer Hauptveranstaltung am Folgetag gestaltet. Die Referenten sagten trotz enger Zeitkapazitäten zu. Im Bezirksklinikum Ansbach wurden wir mit offenen Armen empfangen und der Festsaal (!) wurde uns als Ort des ersten bundesweiten Treffens zur Verfügung gestellt. In der Tagesstätte »mittendrin« bekamen wir Räumlichkeiten für eine Lesung. Der Psychiatrie-Verlag stellte einen Büchertisch in Aussicht, Flyer wurden gedruckt, die Zeitung in Kenntnis gesetzt und unzählige Unterstützerinnen und Unterstützer sorgten für das Gelingen des ersten und der folgenden bundesweiten Borderline-Trialog-Veranstaltungen.

Wenn wir heute bei den bundesweiten Veranstaltungen vor 300 Menschen stehen, um eine Begrüßungsrede zu halten, so tun wir dies immer auch in der Erinnerung an die erste bundesweite Veranstaltung. Dann fällt uns ein, dass wir drei Wochen vor Beginn der ersten Veranstaltung etwa 30 Anmeldungen hatten und immer nur gedacht haben: »Weshalb musste es bloß der Festsaal sein, alle werden uns auslachen ...«. Heiner Dehner blieb indessen ganz gelassen und gut gelaunt, und schien sich wenig Sorgen zu machen. Zwei Wochen vor Beginn liefen dann plötzlich die Anmeldungen ein. Täglich telefonierte wir: 80 – 90 – 120 – 150 – 200 – 270 – 300. Wir waren sprachlos und realisierten erst portionsweise, dass wir diejenigen sein würden, die dann vor 300 Leuten die Idee des Trialogs erklären würden. So war es dann also und es blieb uns gar nichts anderes übrig, als uns an dieser Aufgabe, die uns da gestellt wurde und die wir uns ja auch irgendwie selbst gestellt hatten, zu entwickeln.

Dorothea Buck und Thomas Bock machten uns Mut. Ein Päckchen mit dem Buch »Laßt Euch nicht entmutigen« erreichte uns von Dorothea Buck, als Antwort auf die Einladung zu unserer Veranstaltung. Wir hatten ihr von unseren Bedenken geschrieben und sie gefragt, ob sie glaube, dass sich der Trialog auch für das Thema Borderline als richtiges Instrument für eine bessere Verständigung eignen würde. Sie antwortete: »Dass der Trialog auch oder gerade für Borderliner das »richtige Instrument« ist, davon bin ich überzeugt. Alles Unverständliche können diejenigen, die es selbst erleben, natürlich am besten erklären. Es stärkt ihr Selbstvertrauen, wenn die Profis das auch so sehen und sie als Experten ihrer Borderline-Erfahrung wertschätzen.«

Die Einschätzung von Dorothea Buck können wir heute bestätigen. Menschen mit Borderline, ihre Angehörigen und Fachleute profitieren inzwischen nicht nur von den bundesweiten trialogischen Veranstaltungen zu Borderline, sondern vor allem auch von den Regionaltrialogen.

Regionale Borderline-Trialoge finden inzwischen in Ansbach, Bad Bramstedt, Bamberg, Bayreuth, Herborn, Hersbruck, Kassel, Nürnberg und Winterthur (CH) statt. Dass die Idee auch im deutschsprachigen Ausland Anklang findet, freut uns sehr. Spannend ist es auch, die speziellen Besonderheiten der einzelnen Regionalgruppen zu verfolgen, die an dieser Stelle nur kurz angerissen werden können. So schreiben beispielsweise die Teilnehmenden in Herborn Protokolle über ihre Zusammenkünfte, sodass die spannenden gemeinsamen Erkenntnisse festgehalten werden und später nachgelesen werden können.

In den Rückmeldungen der Regionalgruppen wird auch deutlich, dass manchmal Kompromisse notwendig sind, um Prozesse überhaupt in Gang zu setzen. Manche gefundene Lösung erweist sich dann als praktikabler Weg, der beibehalten werden kann. So findet beispielsweise das Treffen des Borderline-Trialogs in Bad Bramstedt in den Räumlichkeiten einer psychosomatischen Klinik statt. Damit wird zwar der ursprünglichen Trialogidee des »neutralen« Ortes nicht entsprochen, für die Teilnehmenden scheint dies jedoch kein Hindernis zu sein. Nach Auskunft der Veranstalter kommen teilweise bis zu 60 Interessierte zum Regionaltreffen, dabei sind die Gruppen der Betroffenen, Angehörigen und Fachleute etwa gleich stark repräsentiert. Besonders ist dort, dass sich auch erwachsene Kinder von Menschen mit der Diagnose Borderline im Trialog einfinden.

Im letzten Jahr feierte der bundesweite Borderline-Trialog sein fünfjähriges Jubiläum. Die Aufgaben, die sich uns heute stellen, haben sich verändert. Das gilt für unsere persönlichen, beruflichen Wege, die nicht mehr soviel Spielraum für die Organisation der bundesweiten Borderline-Trialoge in Rahmen unserer Freizeit zulassen, es gilt aber auch für die besondere Nachfrage, die sich aus der Borderline-Trialogidee ergeben hat. Die bundesweite Koordination ([www.borderlinetrialog](http://www.borderlinetrialog)) findet heute über eine Kontaktstelle statt, in der Anja Link im Rahmen einer vollen Stelle u. a. die Aufgaben übernimmt,

die bundesweiten Borderline-Trialogveranstaltungen zu organisieren, die Idee zu verbreiten und Regionalgruppen bei ihrer Gründung zu unterstützen, Angehörige, Betroffene und professionell Tätige zu beraten und (dialogische) Vorträge und Fortbildungen durchzuführen.

Ohne diese Rahmenbedingungen wäre es heute vermutlich schwieriger, die Borderline-Trialogidee in diesem Umfang zu realisieren. Neben der Arbeit in der Koordinationsstelle wird die Idee aber maßgeblich von den Menschen getragen, die sich inzwischen bundesweit (und darüber hinaus) dafür einsetzen und auch durchhalten, wenn phasenweise weniger Teilnehmende kommen.

Die trialogische Auseinandersetzung mit dem Thema Borderline ist immer auch eine emotional sehr bewegende und nicht selten durchaus anstrengende Arbeit für alle Beteiligten. Unsere Erfahrung ist jedoch, dass im Austausch auch Humor eine nicht zu unterschätzende Rolle spielt. So packte eines Tages bei einer trialogischen Zusammenkunft jemand die Schokoladensorte »Triolade« aus. Wir nehmen das als gutes Zeichen und hoffen, dass die Trialogidee sich weiter verbreitet.

Unser großes Dankeschön gilt an dieser Stelle Dorothea Buck und Thomas Bock für alle Ermutigung bei den ersten Schritten und den Austausch bei schwierigen Fragen. Es ist gut die »Mutter Trialog« zu haben. Danke!

#### Die Verfasserinnen

*Anja Link, Jg. 1972, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Journalistin, Mitbegründerin Borderline-Trialog und Leiterin der bundesweiten Koordinationsstelle, eigene Erfahrungen mit Borderline seit 1988, Cadolzburg*

*Christiane Tilly, Jg. 1970, Erziehungswissenschaftlerin, Mitbegründerin Borderline-Trialog, Mitarbeiterin in einer allgemeinpsychiatrischen Klinik, eigene Erfahrungen mit Borderline seit 1990, Bünde*