

# Austausch auf Augenhöhe

## Der erste Borderline-Trialog in Landshut stößt auf offene Ohren

**F**ünf Regeln hängen an der Wand und gelten für alle, die zum Borderline-Trialog am Dienstagabend ins Landshuter Netzwerk gekommen sind. Dazu gehört, dass Inhalte nicht nach außen getragen werden, keiner verurteilt wird für das, was er hier sagt, und jeder anonym bleibt. Denn Borderliner werden gerne in eine Schublade gesteckt, das sind dann „die, die sich selbst verletzen“, sagt Katja. Sie leitet die Selbsthilfegruppe Borderline und hat den ersten Trialog in Landshut ins Leben gerufen: „Ich war selbst letztes Jahr zum ersten Mal auf einem Trialog in München und begeistert, wie viel mir das gebracht hat.“

### „Mit Fremden zu reden, ist oft einfacher“

Denn Trialog bedeutet: Jeder, der sich für das Thema interessiert, kann kommen und sich darüber austauschen. So kommen Betroffene, Angehörige und Fachleute zum Austausch auf Augenhöhe zusammen. „Dazu muss man nicht unbedingt die eigenen Angehörigen oder Betroffenen mitbringen. Oft ist es einfacher, mit Fremden darüber zu reden, unemotionaler und neutraler“, sagt Anja Link. Sie ist für den ersten Trialog aus Nürnberg gekommen. Dort arbeitet sie bei der Borderline-Trialog Kontakt- und Informationsstelle. In Landshut spricht sie darüber, was Borderline eigentlich ist, und versucht, die Persönlichkeitsstörung greifbar zu machen. „Wenn Sie einen schlechten Tag hatten, essen Sie vielleicht eine Tafel Schokolade. Bei einem Borderliner ist das negative Gefühl so viel stärker, dass der Ausgleich auch stärker sein muss“, ist einer der Vergleiche, den sie an dem Abend bringt.

Aber Borderline hat viele Facet-



Anja Link von der Borderline-Trialog Kontakt- und Informationsstelle Nürnberg, gab eine Einführung in das Thema Borderline. Foto: us

ten. Deswegen diskutierten nach Links Vortrag die rund 60 Teilnehmer, um welche Themen sich die weiteren drei Abende drehen sollen. Der nächste Termin am 8. Oktober widmet sich etwa der grundlegenden Frage „Was versteht man unter Borderline?“ Gerade Angehörige wollen ihre „Sorgenkinder“ besser verstehen – aber auch Betroffene, die noch nicht in Therapie sind oder waren, wollen sich selbst besser begreifen.

An dem Abend wird auch darüber gesprochen werden, inwieweit man bestimmte Verhaltensweisen von Jugendlichen einer Borderline-Erkrankung oder der Pubertät zuordnen kann. „Auch der Borderliner in der Öffentlichkeit wird Thema sein“, sagt Katja. Dabei geht es darum, mit Vorurteilen aufzuräumen. „Nicht jeder Borderliner verletzt sich selbst, das hält sich aber hartnäckig“, weiß auch Anja Link.

Am 22. Oktober sprechen die Teilnehmer dann über Verhalten in Beziehungen – nicht nur zwischen Borderliner und Angehörigen, sondern auch zu Therapeuten. Ein Schwerpunkt wird die Gratwanderung zwischen Idealisierung und Abwertung: „Borderliner tendieren dazu, ihr Gegenüber zu idealisieren“, so Link. Wenn dann aber etwas passiert, was nicht in das Idealbild passe, zögen sich die Patienten wieder zurück und lehnten das Gegenüber ab. „Grundlage ist, dass Borderliner nicht sagen können, was sie ausmacht, wo ihre Stärken und Schwächen liegen. Und selbst wenn, ist dieses Selbstbild sehr fragil. Also definieren sie sich vor allem über andere“, erklärt Link.

Der dritte Abend findet am 5. November statt und dreht sich um Hilfen und Therapiemöglichkeiten. Es soll nicht nur darum gehen, dass die Betroffenen Hilfe bekommen, sondern auch Angehörige wie Fachleute, beispielsweise Sozialpädagogen, die im betreuten Wohnen arbeiten und unter anderem Borderliner betreuen. „Wenn ich von einem Betroffenen höre, wie ich mit ihm umgehen kann, ist das vielleicht mehr wert, als wenn ich es in einem Fachbuch lese“, meint die Leiterin der Selbsthilfegruppe.

Nach den drei Terminen wird sich entscheiden, ob es einen weiteren Trialog in Landshut geben wird. Link ist zuversichtlich: „Bisher wurde der Trialog in allen Städten, in denen er initiiert wurde, weitergeführt.“ -us-

### ■ Nächster Termin

Der nächste Termin des Trialogs findet am Dienstag, 8. Oktober, ab 18 Uhr im Landshuter Netzwerk statt. Thema des Abends: Was versteht man unter Borderline? Die Teilnahme ist kostenlos.