



# Miteinander zu einem guten Umgang finden

Eine Pflegewissenschaftlerin, ein Erziehungswissenschaftler und eine Diplom-Pädagogin mit persönlichem Erfahrungswissen schreiben ein Buch zur Borderline-Störung. Herausgekommen ist ein bemerkenswertes Fachbuch. Lektorin Sandra Kieser im Gespräch mit den Autorinnen und dem Autor.

**PIB:** Eine Annäherung von verschiedenen Seiten – so überschreiben Sie das erste Kapitel in »Borderline begegnen«. Könnte man sagen, dass dies das Programm des Buches ist?

**Matthias Herrmann:** Ja, sicherlich. Das ist das Spezielle an dieser Herangehensweise. Wir stellen nicht nur einen Austausch zwischen unterschiedlichen Berufs- bzw. Fachrichtungen her, sondern, was viel entscheidender ist, zwischen Menschen mit Borderline und denjenigen, die versuchen zu helfen.

**Christiane Tilly:** Fachwissen und Erfahrungswissen zusammenzubringen, das bedeutet eine größere Bandbreite an Strategien zum Umgang mit Borderline zu nutzen und entspricht, wenn schon nicht einem dialogischen, dann doch zumindest einem dialogischen Vorgehen.

**PIB:** Sie möchten Verständnis wecken für Betroffene und für die besondere Dynamik der Beziehungen, die sich oftmals zwischen Borderline-Betroffenen und helfenden Personen entwickelt. Zentral an Ihrem Zugang erscheint mir das Eisbergmodell. Würden Sie das kurz erläutern?

**Susanne Schoppmann:** Dieses Modell wurde ursprünglich von Anja Link und Christiane Tilly für ein Peer-Konzept entwickelt. In der Fortbildungsarbeit mit Fachleuten hat es sich dann auch für professionell Tätige als hilfreich zum Verständnis von Borderline-Verhaltens- und Erlebensweisen erwiesen. Mir zum Beispiel hat es sofort eingeleuchtet.

**Christiane Tilly:** Das Modell nutzt die Metapher des Eisbergs. Eisberge haben die Eigenschaft, dass 90 Prozent ihres Volumens unsichtbar unter der Wasseroberfläche verborgen sind. Lediglich 10 Prozent sind für den Betrachter sichtbar. So ähnlich ist es bei Borderline auch. Es gibt beobachtbare, für Außenstehende sichtbare Verhaltensweisen, und darunter verborgen liegen – unsichtbar für das Umfeld – Gefühle und Gedanken der Betroffenen.

**Matthias Herrmann:** Es ist ein Modell, das klar und anschaulich zwischen innerem Erleben der Betroffenen und dem daraus resultierenden, sichtbaren Verhalten trennt,

aber auch aufzeigt, wie das eine das andere bedingt, also dass sichtbares Verhalten unsichtbare Auslöser haben kann. Auf diese Weise trägt es dazu bei, dass Helfende das Verhalten von Betroffenen besser einordnen und verstehen können.

**PIB:** Inwieweit kann das Modell auch in der alltäglichen Arbeit nützlich sein?

**Matthias Herrmann:** Manchmal kann man dann gar nicht mehr zwischen Ursachen, Motiven, Verhaltensarten und Emotionen trennen und es bleibt ein diffuses Grunderleben übrig, was dem professionell-wohlwollenden Verstehen einfach im Wege steht. Klienten werden von Helfenden dann nicht selten als »Gegner« erlebt. Das Eisbergmodell hilft, die Differenzierungsfähigkeit zu erhalten. Erst auf der Basis dieser Grundhaltung kann Hilfe fruchten.

**PIB:** Die Beziehung zwischen Borderline-Betroffenen und professionell Helfenden – seien es Mitarbeitende im Betreuten Wohnen, in Werkstätten oder Pflegefachkräfte in Kliniken usw. – ist oft geprägt von heftigen Gefühlen auf beiden Seiten und durch Konflikte. Gibt es ein Patentrezept oder einen goldenen Weg, diese zu vermeiden?

**Christiane Tilly:** Bisweilen scheint es in Einrichtungen »unausgesprochene Übereinkommen« zwischen Fachleuten und Betroffenen darüber zu geben, dass Gefühle und Konflikte umgangen werden. Die Erfahrung zeigt, dass solche Übereinkommen eine kurze Lebensdauer haben und Emotionen und Konflikte sich dann umso heftiger Bahn brechen. Borderline ist eine Erkrankung und nicht auf schlechtes Benehmen zurückzuführen, Gefühle lassen sich nicht einfach abstellen. Der Umgang mit Gefühlen ist Teil der Herausforderung, mit dem Störungsbild und miteinander umgehen zu lernen. Ein Patentrezept zur Gefühlsvermeidung: Nein!

**Matthias Herrmann:** Gerade im Konkreten geht es immer um eine Abstimmung zwischen Helfenden und Betroffenen. Es geht also nicht um Vermeidung, sondern darum, Abspra-

chen zu treffen, wie die Situation für alle bestmöglich gestaltet werden kann. Alles, was zum wohlwollenden Verstehen beiträgt, ist die Grundlage für eine erfolgreiche Hilfe. Eine solche Grundhaltung erleichtert es ungemein, manche Situationen einfach gemeinsam auszuhalten – eine oftmals unterschätzte Fähigkeit in den meisten Hilfesettings.

**Susanne Schoppmann:** Nach meiner Erfahrung suchen Borderline-Betroffene ein authentisches Gegenüber, das mit Gefühlen umgehen kann und an dem sie lernen können, mit ihren eigenen Emotionen umzugehen. Gerade die Fähigkeit von Borderline-Erkrankten, Gefühle besonders intensiv zu erleben (und manchmal auch durchleben zu müssen), macht sie für professionelle Helfende zu einer lebendigen Patientengruppe, mit der viele gerade deshalb gerne arbeiten.

**PIB:** Vielen Dank an alle drei für das Gespräch!

Susanne Schoppmann, Matthias Herrmann, Christiane Tilly  
Borderline begegnen

Miteinander umgehen lernen

Fachwissen, ISBN: 978-3-88414-580-7, ca. 144 Seiten

auch als eBook erhältlich, 19,95 € (D) | 20,60 € (A), erscheint im November 2014

## Die Beziehung gestalten

»Nur wenn auch die nicht beobachtbaren Gefühle und das Erleben der Betroffenen in den Blick genommen werden, ergibt sich ein umfassendes Bild der Störung, das für einen verstehenden Zugang unabdingbar ist.«

Suizidankündigungen, Wutausbrüche und Entwertungen – nicht selten wird die Borderline-Störung mit negativen Symptomen verknüpft. Professionell Helfende sehen sich mit einer Vielzahl an Problemen konfrontiert: Wie soll ich mit Konflikten umgehen? Warum kippt die Beziehung so leicht ins Negative? Wonach suchen die Betroffenen bei mir? Die positiven Seiten bleiben meist verkannt.

Die Autorinnen und der Autor knüpfen genau hier an. Sie kombinieren wichtiges Regel- und Faktenwissen mit vielfältigen praktischen Erfahrungen als Betreuende und als selbst Betroffene. Leserinnen und Leser erfahren, dass und wie die Beziehung zu Borderline-Betroffenen konstruktiv gestaltet werden kann, wie Konflikte zwischen Erkrankten und Helfenden abgebaut oder vermieden werden. Ein einzigartiges Interview mit einem Betroffenen zeigt, welchen Einfluss die Diagnose auf die Identität haben kann, und gibt Einblicke in das Leben mit Borderline. Beide Seiten – die der Betroffenen und die der professionell Helfenden – nähern sich an.

Foto: Fotolia/Ilina



**Dr. Susanne Schoppmann** ist Fachkrankenschwester für psychiatrische Pflege, promovierte Pflegewissenschaftlerin und Mitherausgeberin der Zeitschrift »Praxiswissen: Psychosozial«.

**Dr. Matthias Herrmann** ist promovierter Erziehungswissenschaftler und seit 1996 in der stationären Jugendhilfe tätig. Er leitet eine Wohnrichtung für psychisch erkrankte Jugendliche und junge Erwachsene in Duisburg.

**Christiane Tilly** ist Ergotherapeutin, Dipl. Erziehungswissenschaftlerin und STEPPS-Lehrtrainerin. Sie ist Expertin für Borderline – auch aus eigener Erfahrung – und in einer allgemeinpsychiatrischen Klinik tätig.



Denn der Umgang mit selbstverletzendem Verhalten, Grenzverletzungen und dem Wunsch nach Nähe wird einfacher, wenn die Arbeitsbeziehung von Akzeptanz und Verständnis getragen wird. Mit dem Eisbergmodell liefert das Buch praktisch anwendbares Handwerkszeug. Auch gibt es Übungen der Selbstfürsorge für Helfende – nur wer mit sich selbst achtsam umgeht, kann ein Vorbild für seine Patientinnen und Klienten sein.