

# Besprechungsprotokoll

**Thema der Identität und Rollenverständnis  
Besprechung:**

**Datum:** 09.02.2016

**Zeit:** 18:00-19:30 Uhr

**Ort:** Markuskrankenhaus Ffm, Haus C

**Eingeladene Teilnehmer\_innen:** Angehörige, Professionelle und Betroffene

**Leitung:** Frau Kneist

**Protokollführer\_in:** N.

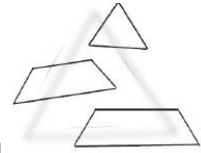
**Anwesende:** Angehörige, Professionelle, Betroffene

**Einstieg:**

Zu Beginn des Trialogs wurde auf die Gruppenregeln hingewiesen und eine Vorstellungsrunde durchgeführt.

**Störung der Identität als  
Diagnosekriterium:**

- Störung der Identität - > Schwierigkeit zu sagen: Was macht mich aus? Schwierigkeit, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen: Was will ich eigentlich? Welche Ziele habe ich im Leben?
- Eher Dinge im Leben auf sich zukommen lassen statt sie bewusst zu gestalten. Auch: eigene Bedürfnisse zugunsten anderer (Partner...) zurückstellen
- Identität /eigene Ziele / Werte zu zeigen bedeutet sich zu exponieren -> Angst vor Ablehnung! Zusätzlich: Gefühl, in Gruppen nicht dazu zu gehören. Sicherer, sich immer anzupassen –
- Anpassung als Strategie, Scham und Ausgrenzung zu vermeiden. Nicht zeigen, was man denkt oder fühlt. Keine Spuren hinterlassen (z.B. am Arbeitsplatz).
- In Beziehungen nicht greifbar sein. Dem Gegenüber spiegeln, was man denkt, was der hören will. Für Angehörige dann schwierig zu wissen, was jemand



### Borderline-Trialog

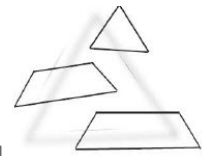
wirklich will oder wo seine Grenzen sind

- Was hilft? Sinn im Leben finden durch sinnvolle Aufgabe (z.B. Arbeit), anderen helfen zu können. Gesellschaftliche Rollen einnehmen zu können z.B. in Beruf oder Familie

#### Eigene Identität und Rollenverständnis in Beziehungen:

Im weiteren Gesprächsverlauf ging es um die Diskrepanz zwischen eigener Identität / Rollenverständnis und dem der Umwelt.

- Schwierig: widersprüchliche Anforderungen der Umwelt (sei nicht so laut / sprich lauter – je nach fordernder Person), Invalidierungen. Anspruch, sich "normal" zu verhalten, ist nicht zu erfüllen! Was ist "normal"?
- Sehnsucht nach Eindeutigkeit, alles "richtig" zu machen - soll vor Kritik oder Ablehnung schützen.
- In der DBT gibt es kein allgemeingültiges "richtig" und "falsch". Das sind Bewertungen! Hilfreicher: "richtig" und "falsch" im Bezug auf ein bestimmtes Ziel / einen bestimmten Sachverhalt (wenn ich nach Paris will, ist es "falsch", eine Fahrkarte nach Wien zu kaufen. Will ich aber nach Wien, ist es "richtig")
- Kritik von anderen (real oder interpretiert) löst häufig einen ganzen Rattenschwanz an eigenen Interpretationen, Bewertungen und Selbstkritik aus. Eine vielleicht harmlos gemeinte Bemerkung kann so eskalieren. Um einschätzen zu können, ob eine Bemerkung invalidierend ist: Tonfall beachten! Realitätsprüfung!
- Hinter der Frage "war das richtig oder falsch?" steckt oft die Frage "bin ICH richtig oder falsch?"
- Problem: Umwelt / Angehörige lernen nicht dasselbe wie Betroffene in der DBT - kann zu Missverständnissen führen (z.B. Sprechen in Ich-Sätzen wird von Umwelt als Selbstbezogenheit aufgefasst)
- Wichtiger Grundsatz in der DBT: nicht bewerten! Schwieriger Spagat in der Therapie: Betroffene dürfen so sein wie sie sind. Gleichzeitig ist es wichtig, an Veränderungen arbeiten.
- Wir können die Welt nicht verändern! Nur uns selbst. Hilfreich: Angehörige mit in die Therapie nehmen, alle auf einen Stand bringen (um Missverständnisse aufzulösen).
- Ein Wunsch: genug Selbstwertgefühl / Stabilität in sich haben, um Kritik / Bewertungen anderer aushalten zu können



### Borderline-Trialog

- Beschreibungen helfen, Distanz zu Bewertungen / Kritik zu halten. Bewertungen und Kritik sind häufig verallgemeinernde Verkürzungen ("Du bist falsch"). Nachfragen mit der Bitte um detaillierte Beschreibung des Problems helfen ("Wie genau falsch?")
- Hilfreich: Realitätsprüfung. Situation nochmal anschauen und prüfen, was wirklich passiert ist (Was war innen? Was war außen?)

#### **Sexuelle Identität / Geschlechterrollen:**

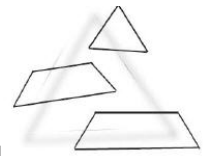
Das Gespräch wandte sich dann dem Thema sexuelle Identität und Geschlechterrollen zu.

- Wie nimmt die Umwelt mich wahr? Welche Rollen werden mir zugeschrieben? Der Versuch, "richtiges" (dem Geschlecht/der sexuellen Orientierung zugeschriebenes) Verhalten zu zeigen, führt dazu, dass man sich verbiegt.
- Schwierigkeiten mit negativen Mann/Frau Rollenbildern können zur Ablehnung des eigenen Geschlechts führen. Lernprozess: nicht Rollenerwartungen erfüllen, sondern auf sich selbst vertrauen und machen, was für einen gut ist. Das ist schwierig!
- Ähnliche Themen können z.B. auch bei Migrationshintergrund aufkommen. Wie ist man "richtig" deutsch/italienisch/...?
- Meinungen anderer mehr Gewicht zuweisen -> vielleicht haben die doch recht? Wenn alle denken, ich sei schwul, bin ichs vielleicht doch? Das ist eine Invalidierung! Die Negierung von etwas, das man über sich selbst weiß.
- Abhilfe: lernen, zu sich selbst zu stehen, egal, was andere finden. Menschen finden, die die eigene Identität nicht invalidieren
- Spagat: Anpassung an Umwelt vs. stehen zu eigener Identität

#### **Profis beim Trialog**

Zum Ende des Gesprächs kam die Frage auf, warum nur so wenige Profis am Trialog teilnehmen bzw. warum die anwesenden Profis sich nur wenig am Gespräch beteiligen. Hierzu gab es verschiedene Aussagen:

- Der Trialog ist keine bezahlte Arbeitszeit, sondern "Privatvergnügen"
- Der Trialog ist noch nicht bei allen Institutionen und Therapeuten in Frankfurt bekannt
- Angst, keine kompetenten Aussagen machen zu können,



### **Borderline-Trialog**

da man sich mit DBT nicht auskennt

- Unklarheit darüber, wie Trialog eigentlich funktioniert

Aufgrund dieser Diskussion wurde beschlossen, das Thema im nächsten Trialog noch einmal zu vertiefen.

**Thema des nächsten Trialogs:**

**Was ist eigentlich Trialog? Wie wollen wir unseren Trialog weiter gestalten?**

**Nächster Termin:**

**8. März 2016, 18:00-19:30 Uhr**