

# Der Offene Dialog - Netzwerk-Gespräche - aus Nutzerperspektive

Aus Sicht einer Betroffenen wird geschildert, was der Nutzen und Sinn der Praxis des Offenen Dialogs insbesondere von Netzwerkgesprächen ist. Die Autorin ist Klientin im ambulant betreuten Wohnen bei „Zukunft Leben“ in Düsseldorf, welches diese Haltung als Leitbild hat und aktiv umsetzt.

Manchmal kommt es zu Entwicklungsschritten, die einen ganz anderen Weg begehbar machen, als es möglich schien. Ich habe mich unerwartet gut entwickelt, Fortschritte machen können, die vor eineinhalb Jahren noch nicht denkbar waren. Denn bevor ich „Zukunft Leben“ und somit den Offenen Dialog nutzen konnte, wohnte ich 10 Jahre in einem fakultativ geschlossenen Wohnheim und verbrachte insgesamt mehrere Jahre auf diversen geschützten Stationen. Verschiedene Spezialtherapien, auch die Dialektische Behaviorale Therapie, blieben wirkungslos. Seit nunmehr 16 Jahre gehe ich zu ein und demselben Psychotherapeuten, der eine wichtige Vertrauensperson ist, und mir stets hilfreich zur Seite steht.

Nach fast 20 Jahren nehme ich erstmals keine Medikamente mehr und bin seit geraumer Zeit in einer stabilen psychischen Verfassung. Kontakt zu einer Klinik brauchte ich nicht mehr. Aus einer seit 14 Jahren bestandenen zeitweise umfassenden gesetzlichen Betreuung konnte ich mich befreien. Die für mich nicht förderliche Beschäftigung in einer Werkstatt für Behinderte beendete ich und begann stattdessen den ExIn-Kurs, der mir Sinn und Freude schenkt. Durch den Umgang mit dem Persönlichen Budget gestalte ich selbstwirksam, welche Betreuungsleistungen von mir in Anspruch genommen werden. Vielseitige Interessen, wie Malen, Schreiben von Gedichten und Tanzen, habe ich für mich (wieder-) entdeckt. Das Maß an Lebensqualität ist immens gestiegen. Dies verdanke ich unter anderem den Netzwerkgesprächen beim BeWo, die

---

**Katrin Schneider**

BeWo-Klientin und ExIn-Genesungsbegleiterin in Kursweiterbildung,  
Kontakt: [katrinschneider28@web.de](mailto:katrinschneider28@web.de).

mir Sicherheit und verlässlichen Halt geben. Ursprünglich gedacht war der Offene Dialog zwar von dem Begründer Jaakko Seikkula zur Behandlung von erkrankten jungen Menschen mit Psychosen, aber vielleicht kann ich mit meinen Mehrfachdiagnosen und 41 Jahren hier zeigen, dass es Sinn macht, die Indikation auszuweiten. Meines Erachtens nach, könnten viele Menschen mit unterschiedlichen Erkrankungen in verschiedenen Stadien von diesem alternativen Ansatz profitieren.

Nach einem kurzen Informationsgespräch mit dem BeWo im August 2018 begann die Betreuung mit einem ersten Kennenlernen aller Beteiligten d.h. Betreuer, Familie und Klientin trafen sich bei einem Netzwerkgespräch. Die Professionellen setzen sich nach dem Tandemmodell aus Bezugs- und Co-Betreuung zusammen. In der Zeit nach diesem erstmaligen Zusammenkommen konnte und kann ich alle 3 Monate die Menschen zu diesen „großen Gesprächen“ einladen, die mir bedeutsam als Begleiter in meinem Alltag erscheinen. Diese Art der Unterstützung findet also von Anfang an und kontinuierlich statt. Es müssen aber nicht immer alle an jeder Sitzung teilnehmen, je nachdem wen das jeweilige Thema betrifft. Die Orte der Zusammentreffen sind beliebig z.B. in den Räumlichkeiten des BeWo's oder in der vertrauten Umgebung meiner Wohnung, und die

Dauer beträgt ungefähr 90 Minuten. Es kann auch für den Fall der Notwendigkeit innerhalb von 24 Stunden ein solches Gespräch einberufen werden, wenn es mir nicht gut geht. Eine solche Situation ist bei mir noch nicht aufgetreten, da die Netzwerkgespräche auch präventiv wirken. Der Ablauf gestaltet sich zwar situationsbedingt unterschiedlich, aber der Rahmen ist doch geringfügig vor-skizziert. Der Gastgeber begrüßte die Ankommen-den und man setzt sich zusammen. Es ist freie Platzwahl, wobei ich es bevorzuge, neben meinen Bezugsbetreuer zu sitzen. Dann beginnt das Gespräch, indem sich die zwei Moderatoren und diejenigen Teilnehmer, die sich noch nicht kennen, gegenseitig vorstellen. Die Haltung der Professionellen ist von Beginn an die, des Gastes in meinem Leben. Ich und im Folgenden alle anderen werden gefragt, worüber inhaltlich gesprochen werden soll („Wozu möchten Sie dieses Gespräch nutzen?“). Dies kann alle Themenbereiche betreffen, etwas Un-verstandenes, das geklärt werden will, einen Konflikt oder eine Unstimmigkeit und Anderes, was gerade ansteht. Bei dem ersten Netzwerkgespräch wurde zudem erfragt, wie mein bisheriges Leben verlaufen ist. Hier druckste ich anfangs ein bisschen unverständlich rum, weil ich befürchtete, wenn ich von den Katastrophen in meiner Bio-graphie erzähle, stempelt man mich als zu schweren „Fall“ ab und verweigert mir die Hilfe. Ich merkte aber schnell, dass diese Angst unbegründet war und mir mit aufrichtigem Interesse zugehört wurde. In den weiteren Treffen kamen immer mal wieder biografische Aspekte zur Sprache, die mein gegenwärtiges Verhalten erklären.

Selbst wenn ich „akut krank“ wäre, würde ich an dem Dialog teilnehmen. Immer gilt der Grundsatz „Nichts für mich, ohne mich“, auch in schweren Zeiten. Schon im ersten Treffen wurde zusammen überlegt, wie eine eventuelle zukünftige Krise aussehen könnte und wie mir aus dieser geholfen werden kann. Außerdem fragte man mich, was dann auf jeden Fall vermieden werden soll. Ich verwendete hier den mir eigenen Begriff „Kuddelmuddel“. Das war eins der Schlüsselworte, wel-

ches darauf hinwies, dass ich bisher sehr oft ein Durcheinander der Zuständigkeiten zwischen den verschiedenen Hilfsakteuren in Notsituationen erfahren hatte und drückte meine Angst vor diesen Unklarheiten aus. Mit mir wurde geklärt, wie sich die jetzigen Unterstützer in diesem Moment untereinander absprechen dürfen. Es wurden die Rollen und Aufgaben verteilt, sodass auch in Situationen, in denen es schneller Hilfe bedarf, eindeutig ist, wer was zu tun hat. Hierzu wurde mein Einverständnis eingeholt, auch in Form von Schweigepflichtsentbin-dungen.

In der Haltung des Of-fenen Dialoges werden meine Symp-tome als Reaktion auf ein Zuviel an Belastungen oder als Lösungsversuch von unvereinbaren Wahrnehmungen verstanden. Was ich dann zu erzählen habe, zählt. Sanktionen oder von mir nicht gewollte Interventionen habe ich nicht zu befürchten. Es wird gemein-sam geschaut, wie man mich unter-stützen und mir beistehen kann. Wenn es mir gut geht, haben durch die Netz-werkgespräche alle wichtigen Personen in meinem Umfeld einen Blick auf mich, dass ich stabil bleibe und mich weiterhin wohl fühle. Was gut tut und Freude bereitet, gehört auch zum reco-veryorientierten Offenen Dialog.

Es wird nicht gebohrt, sondern jeder wird eingeladen, seine Wünsche und Bedürf-nisse zu äußern, und auch anzubringen, wozu er nichts sagen will. Ich kann in einem ge-schützten Rahmen über Erlebnisse, Gedanken und Gefühle sprechen, für die ich mitzuteilen, noch nie die Sicherheit und

Worte hatte. Zum ersten Mal fühle ich mich so sicher aufgehoben, dass ich es wagen kann, von mir selbst unzensiert zu reden. Es wird in meiner Art des Sprechens geantwortet und somit eine gemeinsame Sprache gefunden. Auch allen anderen Teilnehmern steht es frei, „Noch-nie-Gesagtes“ zu verbalisieren. Das klingt dann recht holprig und un-gelenk, dennoch gelang man zu einem Verstehen und später Verständigen. Hier und auch im weiteren Verlauf des

Gesprächs wird jede Stimme gehört. Diese Vielstimmigkeit und -schich-tigkeit, dass vielfältige Standpunkte erfasst werden, schafft einen weiteren Blick auf das Geschehen. Denn ich bin „nur“ der Symptomträger, es handelt sich um ein ganzes System, indem alle gleich sind. Keiner ist krank, keiner gesund. Meine „Anamnese“ und die vielen mir gegebenen Diagnosen spie-len keinerlei Rolle. Die Andersartigkeit eines jeden Einzelnen wird angenom-men, denn „Jeder hat einen Grund, so zu sein und es jetzt so zu sehen“. Neu-gierig sein, auf das Gegenüber, ist die Kernkompetenz der Professionellen. Sie sehen die Begegnung als Lernfelder für beide Seiten.

Auch polarisierende Äußerungen wer-den zugelassen, und die Betreuer neh-men hierzu eine allparteiliche Haltung ein. Sie zeigen die Bereitschaft, ihre eigene Meinung zu hinterfragen, zu be-zweifeln und diese ggf. zu korrigieren. Auch jedem anderen Teilnehmer wird dies nahegelegt. Manchmal kann von den Professionellen nicht alles Gesagte verstanden werden, und es stehen Un-sicherheiten im Raum, die ausgehalten werden müssen. Anstehende Entschei-dungen werden offen und transparent diskutiert, auch wenn die Helfer unter-einander nicht eine übereinstimmende Position vertreten. Die diskursive Inter-aktion ermöglicht einen umfassenderen und differenzierteren Einblick in die Dimension des Situationskontextes. Es gibt niemals nur eine Wahrheit, und

einem Menschen können auch mehrere derselben innewohnen, die im Widerspruch zueinander-stehen. Diesen Verhalt zu akzeptieren und im Raum stehen zu lassen, bedarf einer hohen Toleranz für Unvereinbares.

Es entsteht ein emotio-naler Austausch von Erfahrungen und Sichtweisen. Alle am Tisch können und sollen ihre Ängste und Sorgen ausdrü-cken. Dies dient der Entlastung, sodass meine Begleiter auch die Kraft haben, mit mir weiter den Weg zu gehen. Nach den Wünschen des Einzelnen wird ebenfalls gefragt, woraufhin mein kleiner Neffe Lukas (6 Jahre) sagte „Ich wünsche mir, dass die Katrin we-niger Angst haben muss“. Damit wird die Last, welche z.T. auf ganz kleinen

**In der Haltung des Offenen Dialoges werden meine Symptome als Reaktion auf ein Zuviel an Belastungen oder als Lösungsversuch von unvereinbaren Wahrnehmungen verstanden.**

**Es entsteht ein emotio-naler Austausch. Alle am Tisch können ihre Ängste ausdrücken. Dies dient der Entlas-tung, sodass meine Begleiter auch die Kraft haben, mit mir weiter den Weg zu gehen.**

Schultern getragen wird, auf viele verteilt. Hinter dieser Äußerung stand auch das Interesse eines Kindes, freier mit mir zu spielen, was nicht möglich ist, wenn ich angstbesetzt bin. Der Gestik, den Gefühlen und Antworten, die in der gegenwärtigen Situation entstehen, wird Beachtung geschenkt. Auf das „Hier-und-Jetzt“ wird eingegangen.

Besprochen wird auch, was bereits erreicht wurde oder wo Stolpersteine im Weg lagen und was derzeit schwierig ist oder gut läuft, als eine Art gemeinsamer Rückblick und Sicht auf den aktuellen Stand. Eine Planung der nächsten Schritte, in Krisen können das sehr konkrete sein, wird ebenfalls vorgenommen. Immer stehen meine Ressourcen, in die vertraut wird, und die des Netzwerkes im Fokus der Betrachtungen. Zunächst ist der Prozess ergebnisoffen, dann wird Alles mit Allen zusammen erarbeitet, ohne vorgefertigten Lösungen und ohne bevormundende Erklärungen oder Entscheidungen. Es geht nicht um ein Drängen nach Veränderung oder Fortschritten, der Dialog steht im Vordergrund. Dieser allein bewirkt, dass sich was bewegt und Positives entwickelt. Auch dadurch, dass im Laufe des Gespräches nicht selten Begegnungsmomente entstehen. Für ein paar Sekunden haben die Beteiligten eine gemeinsam durchlebte Welt geschaffen, und plötzlich sieht der Eine den Andre ganz anders. Einem Teilnehmer war bis zu diesem Zeitpunkt die Wichtigkeit meiner Entwicklung gar nicht klar, und erst durch diese verwunderliche Gefühlsreise wurde sie ihm bewusst.

Zwischendurch werden die sogenannten „reflecting teams“ abgehalten. Hier musste ich beim ersten Mal ein Lächeln unterdrücken, da dies etwas befremdlich anmutet, wenn man mit dieser Methode nicht vertraut ist. Es wird erst ein paar Minuten geschwiegen, damit jeder in seinen inneren Dialog treten kann. Die zwei Moderatoren wiederholen dann Worte, die sie gehört und welche sie berührt haben. Sich berühren lassen, ist eines der Schlüsselemente des Offenen Dialoges. Die Professionellen beschreiben ihre Gefühle und was das Gehörte mit ihnen macht, nehmen Anteil und fühlen sich ein, denn „Teilen ist heilsam“. Der Ausspruch „Ich fühle“ ist für mich überhaupt etwas sehr Kraftvolles aus

dem Mund einer betreuenden Person. Eine Betreuerin sagte zu mir, dass es ihr leid tut, was ich erfahren musste, und dass sie sich schämt, in dem psychiatrischen System zu arbeiten. Hier brachte sie ihre eigenen negativen Gefühle in den Kontakt. Diese Offenheit und Transparenz schafft Vertrauen, lässt Beziehungen entstehen und wachsen. Es wurde anerkannt, dass ich gelitten habe, auch durch Behandlungen, und mir wird nun die Zeit geschenkt, mich von diesen zu erholen. Nicht ich werde gedrängt, mich so zu verändern, dass ich keine Probleme mehr habe, sondern die Professionellen versuchen, ihr Handeln so zu verändern, dass mir beim Lösen dieser geholfen werden kann. Auch Helfer sind manchmal unsicher, kommunizieren dies und suchen Erklärungen sowie Sinnzusammenhänge. Durch lautes Nachdenken über das, was ihnen von Bedeutung erschien, und Erfragen, ob sie es richtig verstanden haben, können Missverständnisse ausgeräumt und Schwerpunkte ermittelt werden. Auch bestimmte gefallene Sätze, die beeindruckt und angeregt haben, werden wiederholt, aber nie in irgendeiner Form interpretiert. Wenn ich meine eigenen Formulierungen noch einmal von einer anderen Person höre, kann ich überprüfen „Ist es wirklich das, was ich sagen will?“. Es wird in der Reflexion stets in der 3. Person gesprochen, sodass alle Andre in Ruhe zuhören können und die Äußerungen nicht als Appell oder Aufforderung verstehen.

Danach fragt die Gesprächsleitung, wie ich die Situation empfunden habe, gibt mir somit das letzte Wort der Szenerie. Abschließend wird noch die Frage nach dem Folgetermin („Wann treffen wir uns wieder?“) geklärt und ob noch jemand Andre von Bedeutung wäre, dazu zukommen („Wollen Sie jemanden zusätzlich einladen?“). Nach ein paar Tagen erreicht dann alle ein kurzes, von der Moderation verfasstes Protokoll. Es umfasst die wichtigsten der besprochenen Themen, in meinem Fall wurde einmal die „Allgemeine Anerkennung der enormen Fortschritte“ festgehalten, was mich bestärkte und allen Mut machte. Das neue Datum ist hier ebenfalls notiert.

**Wünschenswert wäre bei den Netzwerkgesprächen die Anwesenheit eines ExIn'lers. Dieser könnte als Dolmetscher fungieren, denn er spricht die Sprache des Klienten, und kann sich gut in ihn einfühlen.**

Allerdings hat sich bei mir das Netzwerk im Laufe dieses Jahres verändert, denn nicht alle sind meinen Genesungsweg mitgegangen. So kam es, dass ich neue Begleiter einlud und die folgenden Treffen in völlig anderer Konstellation stattfanden. Schwierigkeiten ergaben sich anfangs darin, den von mir eingeladenen Freunden zu erklären, worum es da überhaupt geht, dass es sich nicht um übliche Therapiesitzungen handelt, und dass ich mir von den Betreffenden wünsche, dass diese über einen längeren Zeitraum und nicht nur einmalig an diesen Treffen teilnehmen. „Stell Dir vor es ist Psychiatrie und alle gehen

hin“, ist ein Satz, der mir lange Ausführungen erspart hat. Nach einhalb Jahren wechselte ich zudem auf eigenen Wunsch den Bezugsbetreuer. Ein anderer, der völlig neu im BeWo und psychiatrischen Bereich überhaupt unterwegs war und folglich noch nie an einem Netzwerk-

gespräch teilgenommen hatte, musste sich erstmal auf diese Situation einstellen. Und Netzwerke können sich schon mal überschneiden. So nimmt ein dichter Freund von mir, ebenfalls Klient bei dem besagten BeWo, an meinem Gesprächen teil und ich an den seinigen.

Wünschenswert wäre bei den Netzwerkgesprächen die Anwesenheit eines ExIn'lers. Dieser könnte als Dolmetscher fungieren, denn er spricht die Sprache des Klienten, und kann sich durch ähnliche Erfahrungen gut in ihn einfühlen. Wenn es gerade mal nicht „rund läuft“, Stagnation oder Rückschritt drohen, würde er Hoffnung vermitteln. Bedauerlicherweise finanziert der LVR als zuständiger Kostenträger nur einen Betreuer. Dabei werden durch Netzwerkgespräche stationäre Aufenthalte vermieden und somit Kosten gespart. Im „Geburtsort“ des Offenen Dialoges, Westlappland, wo dieser seit 30 Jahren praktiziert wird, beträgt die Genesungsrate 85 %. Mein Ziel ist, irgendwann ganz unabhängig von dem psychiatrischen Hilfesystem zu leben, mein Hilfesystem soll dann „nur“ noch aus Freunden bestehen, und ich bewege mich sicher in diese Richtung. ●