

Borderline - oder emotional instabile Persönlichkeitsstörung

Ursachen

Genetische Veranlagung und negativ prägende Erfahrungen während der Kindheit/ Jugend begünstigen die Erkrankung.

Traumata wie Vernachlässigung, Gewalt, Missbrauch finden sich vermehrt bei Betroffenen, sind jedoch nicht immer der Fall.

Symptome

Die Symptome sind vielfältig und werden in mehrere Kategorien eingeteilt

- Die Angst verlassen zu werden
- Instabile zwischenmenschliche Beziehungen (schwankend zwischen Abwertung und Idealisierung)
- Impulsivität in selbstschädigenden Bereichen (Geldausgeben, Sexualität, Missbrauch von Drogen, rücksichtsloses Fahren, Essanfälle...)
- Ausgeprägte und andauernde Instabilität der Selbstwahrnehmung und des Selbstbildes
- Androhen von Selbstmord, Suizidversuche oder Selbstverletzungen
- Gefühlsschwankungen, Reizbarkeit und Angst. Gefühle können sich von jetzt auf gleich ändern, ohne erkennbaren Auslöser
- Chronisches Gefühl von Leere
- Heftige Wut die nur schwer kontrollierbar ist
- Belastungen können paranoide Vorstellungen oder schwere dissoziative Symptome auslösen

Es trifft nicht bei jedem Betroffenen alles zu, die Symptome sind individuell verschieden.

Behandlung

Eine häufig genutzte Therapieform ist DBT (Dialektisch-Behaviorale Therapie) Dies kann entweder stationär, in speziellen Gruppentherapien oder auch bei einem niedergelassenen Therapeuten stattfinden. Wobei nicht jeder Psychotherapeut darauf spezialisiert ist. Hierbei wird in mehreren Modulen gelernt, wie man mit seinen Gefühlen besser umgeht, was die Auslöser für selbstschädigendes Verhalten sind. Zudem gibt es Skills, um intensive Gefühle oder Anspannung regulieren zu können.

Tipps für Angehörige

Für relevant halte ich es, sich genauer über die Erkrankung zu informieren. So kann das Verhalten des Betroffenen besser verstanden werden.

Wichtig ist auch, sich selbst nicht zu vergessen, wenn die Erkrankung den Mittelpunkt darstellt.

Es kann helfen, gemeinsame Therapiesitzungen zu absolvieren, oder sich mit anderen Angehörigen auszutauschen.

Aufgrund des komplexen Krankheitsbildes gibt es keine allgemeine "Anleitung" für Angehörige.

Tipps für Betroffene

Sich über das Krankheitsbild informieren und eventuelle Begleiterkrankungen. Auch, wenn der Schritt schwerfällt, kann es die Situation erleichtern sich professionelle Hilfe zu suchen. Oder sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Quellen:

<https://www.neurologen-und-psiater-im-netz.org/psychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/stoerungen-erkrankungen/borderline-stoerung/krankheitsbild>