

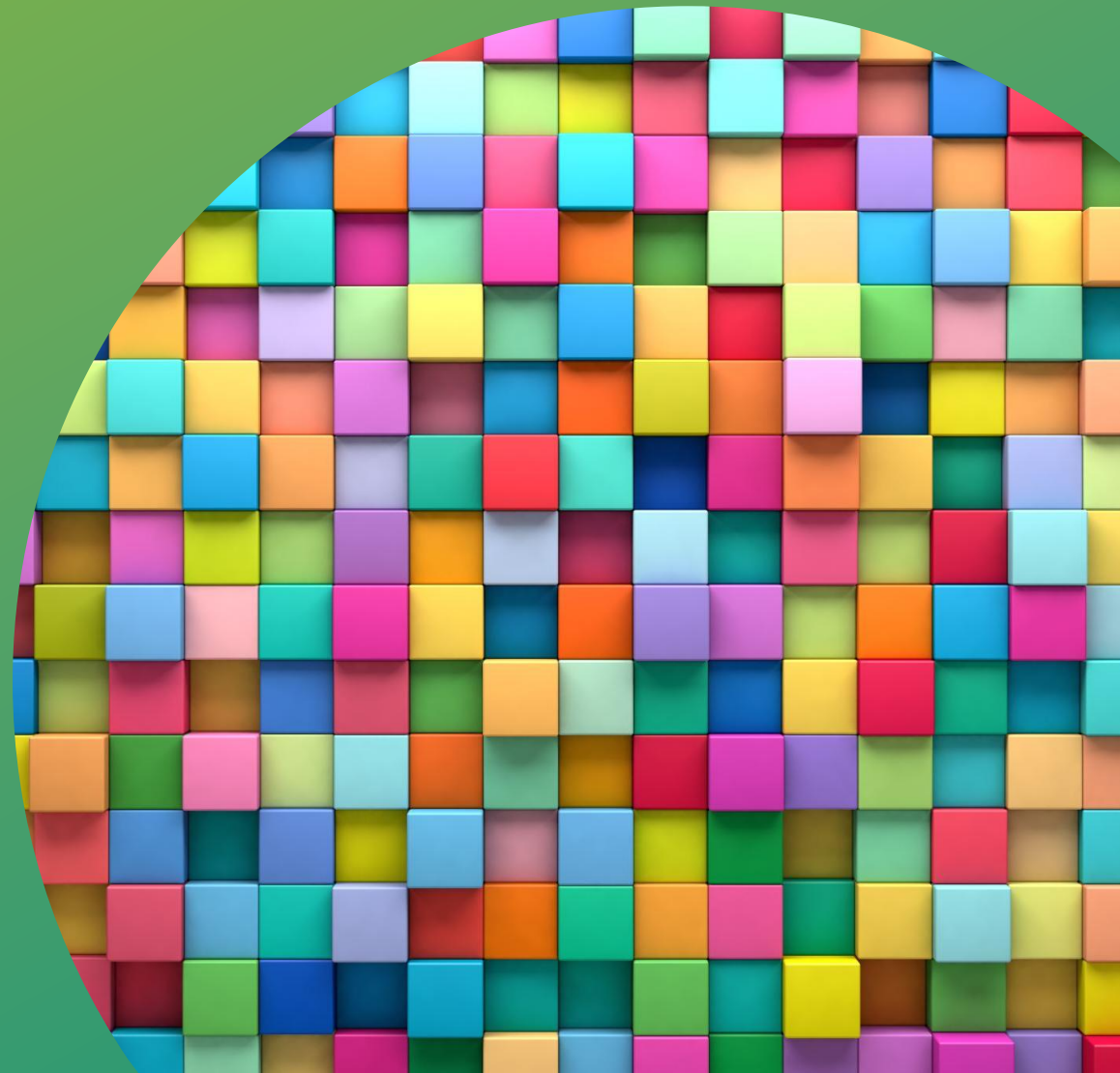
BORDERLINE... - EINE WELT IN SCHWARZ UND WEIß?

Borderline besser verstehen

Anja Link, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

Borderline-Trialog Kontakt- und Informationsstelle Nürnberg

www.borderlinetrialog.de



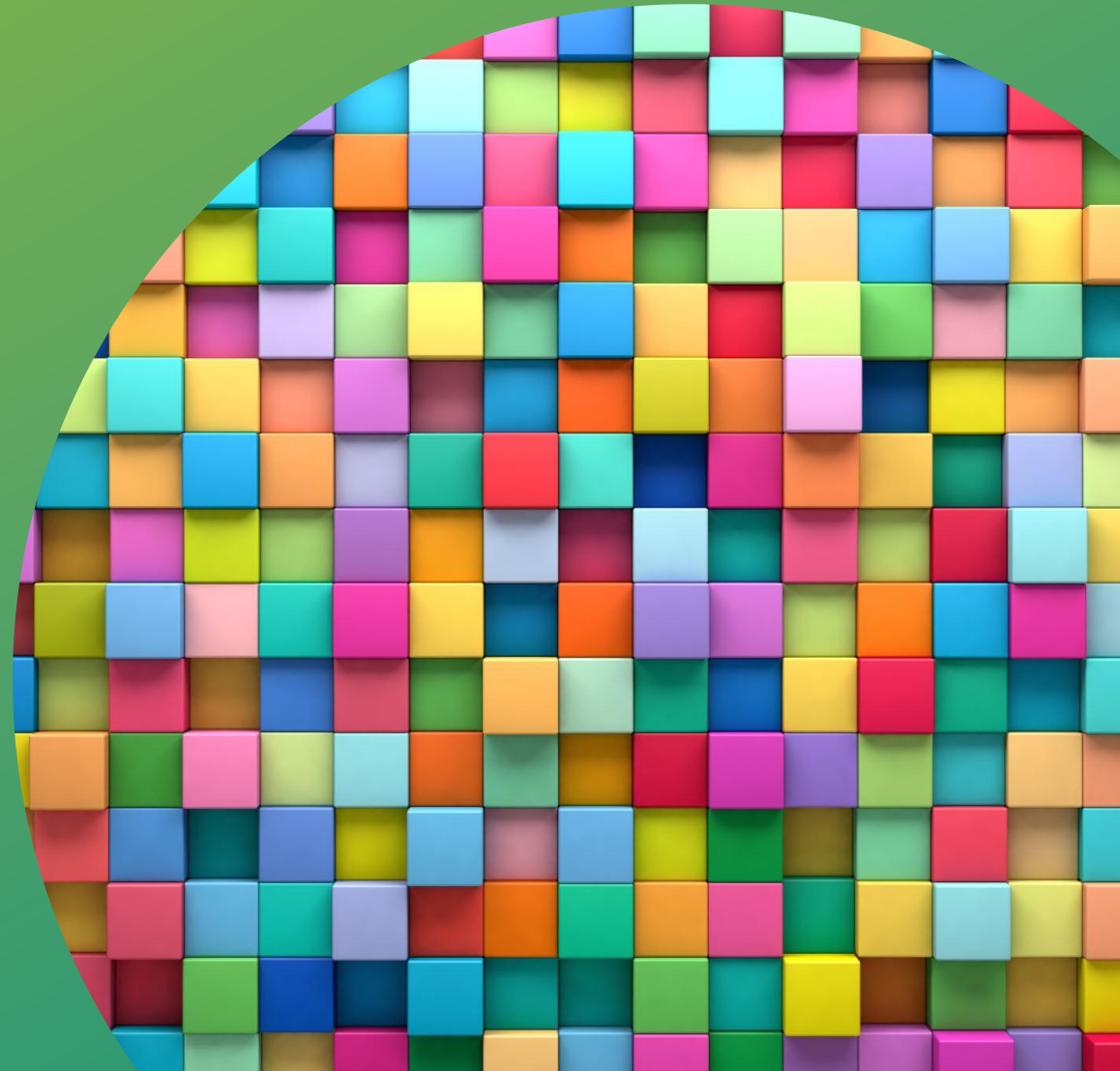
*... lernen und
verstehen
über einen
Stellvertreter*

Historie:

- Eigene Erfahrungen mit Borderline seit 1988
- Dialogische Fortbildungen seit 2001
- Start Borderline-Trialog 2004
- 2006 Borderline-Trialog Kontakt- und Informationsstelle in Nürnberg
 - Information – Beratung – trialogische Veranstaltungen für Betroffene, Angehörige und professionell Tätige

WIE KANN MAN DIE BORDERLINE- STÖRUNG VERSTEHEN?


+
•
○




Borderline gilt als Persönlichkeitsstörung

das Verhalten ist

- andauernd und
- nicht auf Krisen beschränkt und
- die Probleme haben in der Jugend oder im frühen Erwachsenenalter begonnen



Eckdaten zur Borderline- Störung

- Betroffen sind im Schnitt etwa 2 % der Bevölkerung → Unterschiede in der Altersverteilung; 6 % im Jugendlichenalter, wenig > 50
 - Starke Suizidalität, viele Suizidversuche im jungen Erwachsenenalter, Suizidrate 3-4 %
 - Etwa 2/3 der Betroffenen verletzen sich selbst
 - Die Prognose gilt als gut, abhängig u.a. von Komorbiditäten, von Behandlungsoptionen, Zeitpunkt der Diagnose
 - Es gibt keinen nachgewiesenen Nutzen medikamentöser Behandlung, zeitweiliger symptomspezifischer Einsatz jedoch häufig sinnvoll
- 

Borderline...

...ist eine tief greifende, aber vorübergehende Störung der Emotionsregulation und des Selbstwertes/-bildes, mit verzweifelten Versuchen, damit umzugehen. (Bohus 2004)

Diagnosekriterien Borderline-Störung

Verhalten

Kriterium 1

Verzweifelt Bemühen, tatsächliches oder vermutetes Verlassenwerden zu vermeiden

Kriterium 5

Wiederholte suizidale Handlungen, Suizidandeutungen oder drohungen oder Selbstverletzungsverhalten

Kriterium 4

Impulsivität in mindestens zwei potentiell selbstschädigenden Bereichen

Gefühle

Kriterium 2

Muster instabiler, aber intensiver zwischenmenschlicher Beziehungen, das durch einen Wechsel zwischen den Extremen Idealisierung und Entwertung gekennzeichnet ist.

Kriterium 6

Affektive Instabilität infolge einer ausgeprägten Reaktivität der Stimmung

Kriterium 8

Unangemessene, heftige Wut oder Schwierigkeiten die Wut zu kontrollieren

Identität

Kriterium 3

Identitätsstörung: ausgeprägte und andauernde Instabilität des Selbstbildes oder der Selbstwahrnehmung

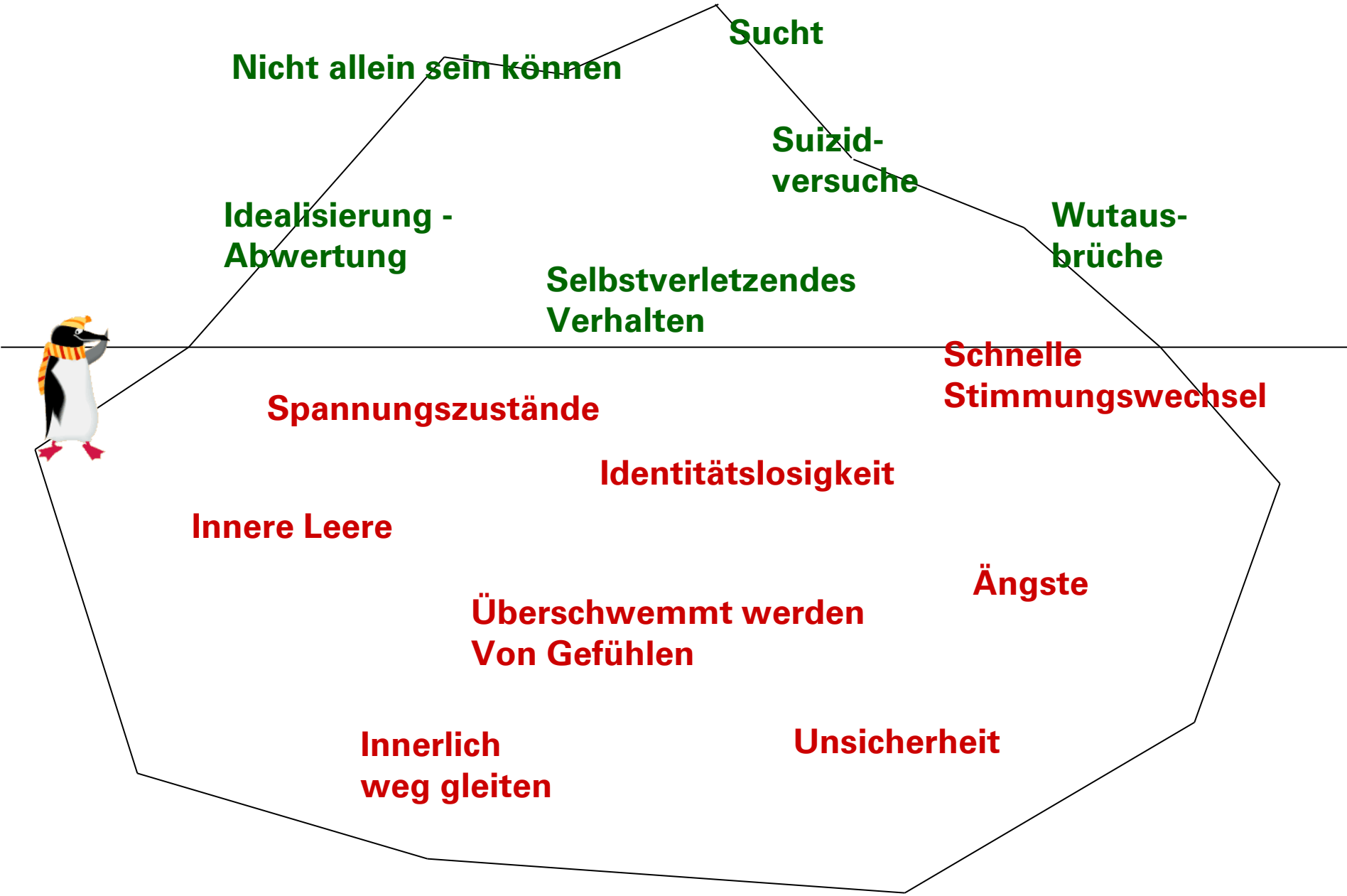
Kriterium 7

Chronische Gefühle von Leere.

Wahrnehmung

Kriterium 9

Vorübergehende, durch Belastung ausgelöste paranoide Vorstellungen oder schwere dissoziative Symptome



Die meisten dysfunktionalen Verhaltensmuster können **entweder als Bewältigungsstrategien** oder **als Folgen von Störungen der Affektregulation** interpretiert werden!

Akute Krisen entstehen aus...

- Selbstabwertung
- Innerer Leere
- Alleine sein/verlassen werden
- Anspannung; Impulsdurchbrüche
- Dissoziationen

Borderline bedeutet:



Eine schwerwiegende
Störung der
Emotionsregulation



Probleme mit der
Selbstwahrnehmung &
Selbstakzeptanz



Störungen in den
Beziehungen

Störung der Emotions- regulation

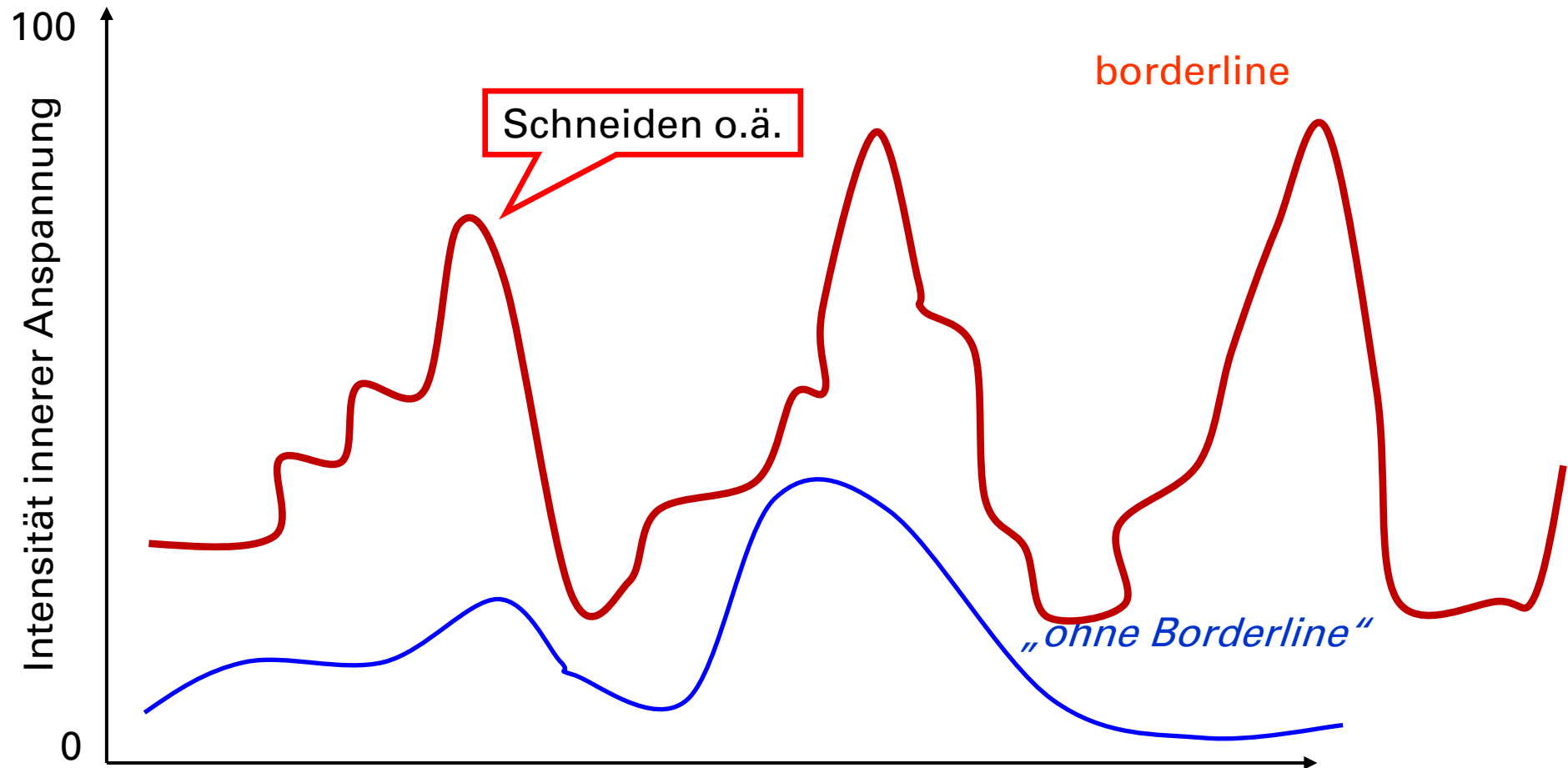




Leitsymptom:
**aversive
Anspannung**

Starke emotionale Sensibilität

- **niedrigere emotionale Reizschwelle**
 - Weniger Reize als andere Personen, um Gefühle zu spüren (weniger Reize notwendig, um schlechte Stabilität zu kippen)
 - Unmittelbare, schnelle Reaktion
- **Starke emotionale Reaktion**
 - Starke Reaktion
 - Schnell im hohen Erregungszustand (Stress, Konfusion)
- **Langsame Rückkehr zum Ausgangsniveau**
 - Höhere Erregbarkeit beim nächsten Reiz



Borderline-Betroffene müssen lernen, Emotionen zu regulieren und schwere Krisen zu bewältigen

+



Wie geht das?

→ Emotionen kennen lernen (Emotionsurfing)

→ Handlungsimpulse kontrollieren (ablenken, umlenken)

→ Skills einsetzen

+

○

Schwierigkeiten mit der Selbst- Wahrnehmung und der Selbstakzeptanz

- **Tiefgreifendes Gefühl, anders zu sein:** “Ich bin anders als alle anderen”,
- **Tiefgreifendes Gefühl der Insuffizienz:** “Ich bin schlechter als alle anderen”, “ich bin überflüssig und zu nichts zu gebrauchen”
- **Störung des Körper-Selbst und des Körper-Bildes:** “Mein Körper ist abgrundtief hässlich”
- Gefühl des **“hohlen Kerns”**
- Tiefgreifende **Einsamkeit**

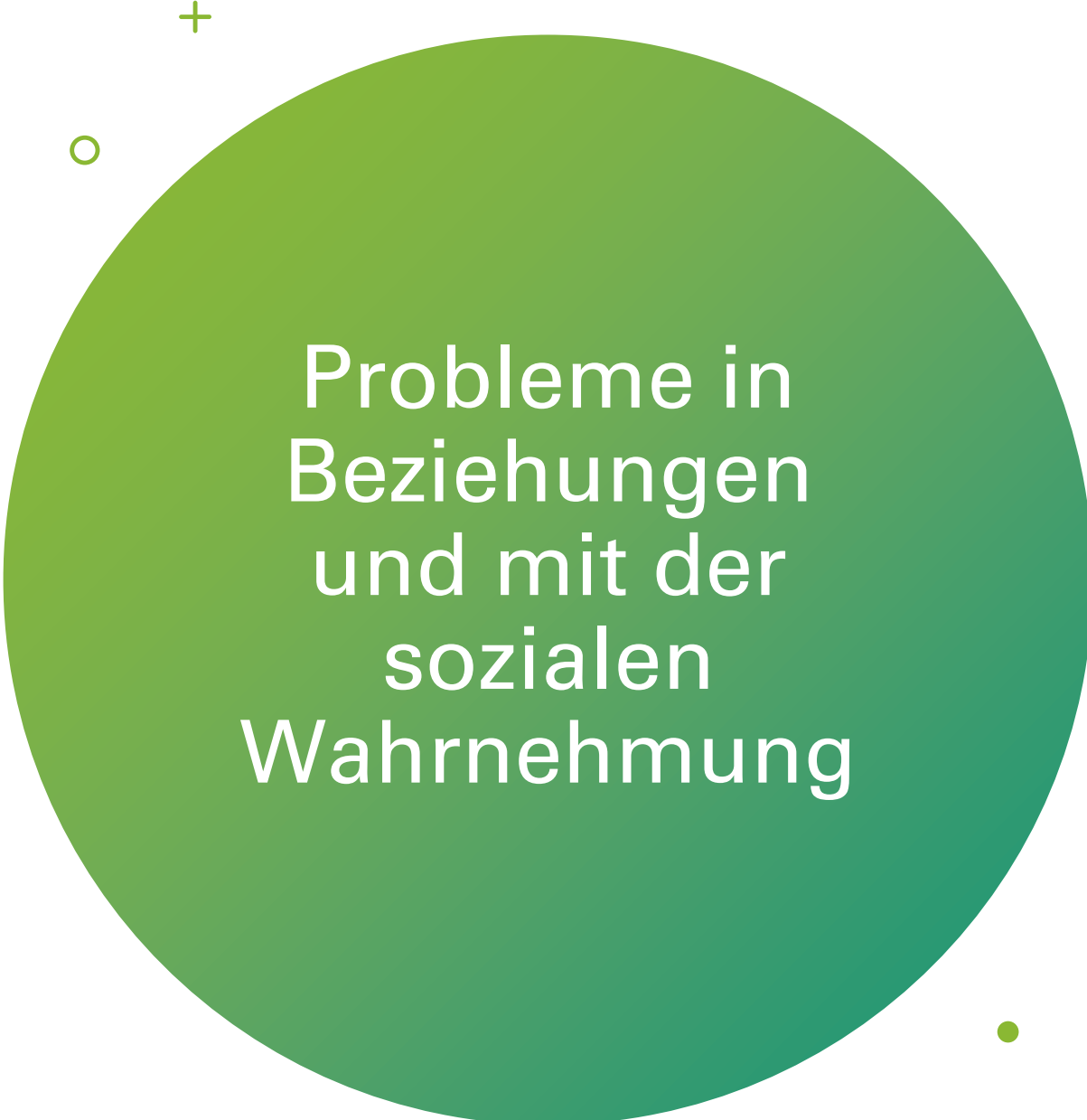
- +
- ● **Borderline-Betroffene müssen lernen, ein stabiles Selbstbild und Selbst-Mitgefühl zu entwickeln**

Wie geht das?

→ **Compassion**

→ **skills: fairer Blick**

→ **Werte und Ziele entwickeln**



Probleme in
Beziehungen
und mit der
sozialen
Wahrnehmung

- **Hohe Erwartungen an andere:** “Ich kann alleine nicht überleben, ich brauche immer jemanden bei mir”
- **Unangenehme Emotionen** in Gegenwart anderer: Einsamkeit, Angst, Scham, Wut
- Schwierigkeiten, die **Wirkung von eigenem Verhalten** auf andere abzuschätzen
- Schwierigkeiten, die **Reaktionen von anderen** vorherzusehen
- Schwierigkeiten, **Verlässlichkeiten aufzubauen**
- Hohe Fähigkeit, die **Emotionen der anderen zu “lesen”**

Zwischenmenschliche Emotionen

- Borderliner sind schneller und präziser im Erkennen von aversiven Emotionen
- Hinweise, dass Borderline- Patientinnen insbesondere neutrale oder schwach positive Emotionen fehl interpretieren

→ häufige Ursache von zwischenmenschlichen Problemen

+
○ ●


SOZIALE WAHRNEHMUNG





Erkenntnis...

- BPD Patienten haben zunächst mehr Vertrauen als andere und machen mehr selbstlose Angebote, haben aber Schwierigkeiten, Vertrauensbrüche zu reparieren.
- BPD Patienten scheinen Schwierigkeiten zu haben zwischen verschiedenen sozialen Bedingungen zu unterscheiden



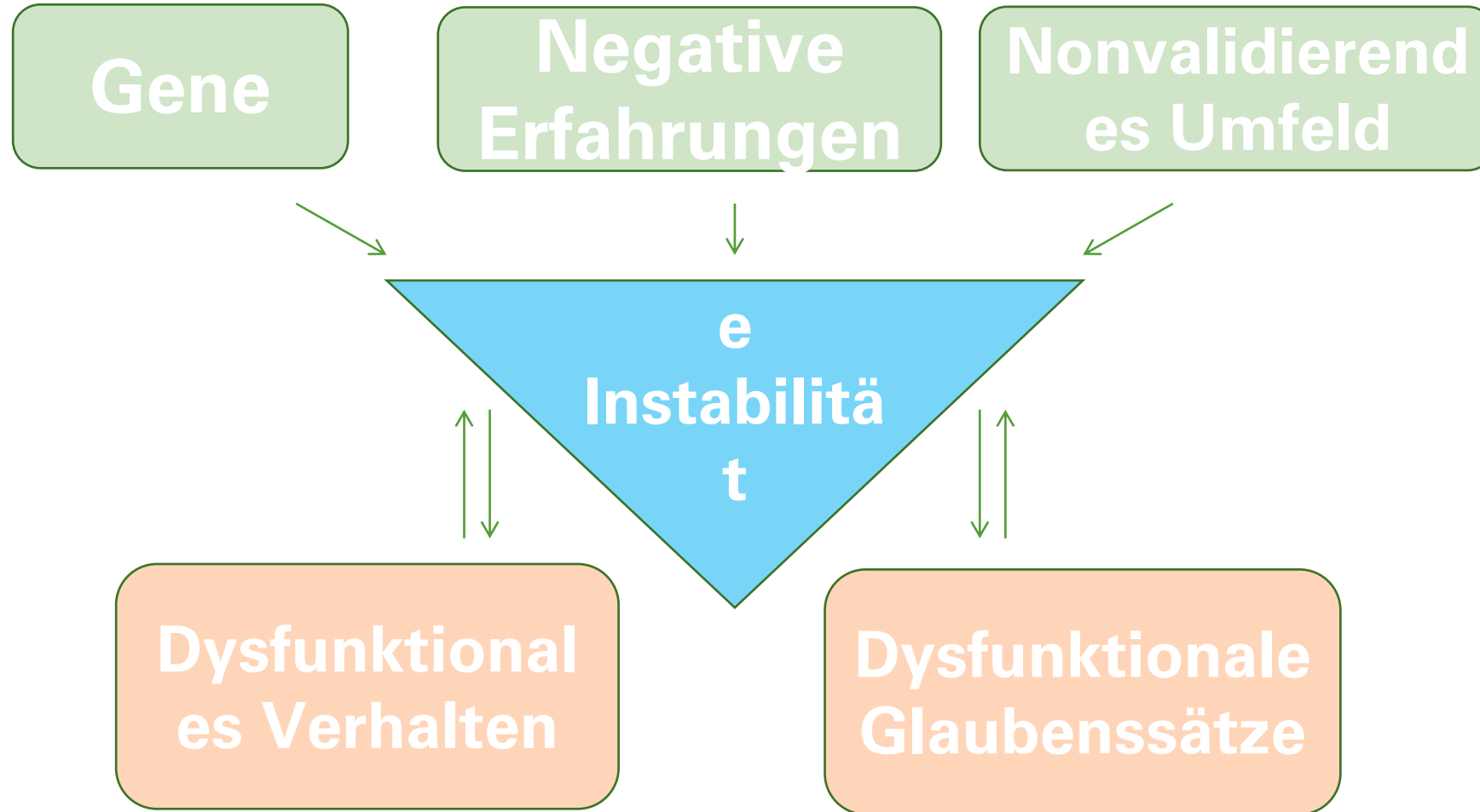
Borderline-Betroffene müssen lernen, sich in sozialen Gruppen wohler zu fühlen und ihre Beziehungen zu verbessern

Wie geht das?

→ Psychoedukation

→ Training in sozialer Kompetenz





Bio-Soziale Theorie

Invalidierende UmgebInvalidierungen/invalidierende Umgebung (Marsha Linehan)

+



- Auf das Mitteilen von persönlichen Erfahrungen und Gefühlen wird in **unangemessener, sprunghafter, trivialisierender oder bestrafender Weise reagiert oder sie werden ganz ignoriert**. Eigene Interpretationen werden als **falsch zurückgewiesen**
 - **Nichtbestätigung der Erfahrungen** einer Person, vor allem persönlicher (Gefühle, Willen und Wünsche, Gedanken, Meinungen, Empfindungen)
 - **Unterschiede nicht akzeptieren** oder anerkennen.
 - **Nichtbeachtung** oder Unaufmerksamkeit
 - Zustimmung oder Anteilnahme nicht mitteilen, auch wenn Zustimmung oder Anteilnahme bestehen.
- **FOLGE:** Kind kann eigene Gefühle nicht einordnen und lernt extreme Gefühlsäußerungen, da es nur so wahrgenommen wird.