

Achterbahn der Gefühle

Die Borderline-Erkrankung: Ein Leben in Extremen

„Das Leben fühlt sich an wie eine Fahrt mit der Achterbahn“ – so beschreiben Betroffene die Borderline-Störung. Sie leiden unter extremen Stimmungsschwankungen, wissen nicht mehr, wer sie sind und haben häufig Angst vor dem Verlassen werden.

Gefühle außer Kontrolle

Einen schlechten Tag hat doch jeder Mal – doch was konkret zeigt auf, dass es sich tatsächlich um das Borderline-Syndrom handeln könnte?

„Worunter die Betroffenen am meisten leiden, sind ihre extremen Emotionen: Da läuft nichts im mittleren Bereich ab. Sie fühlen sich oft abgrundtief wütend, hilflos ausgeliefert oder wahnsinnig ängstlich oder traurig“ erklärt Dr. Daniel Hermelink, Chefarzt der Klinik Menterschwaige.

Meist beginnt die Störung schon in der Kindheit

Das verzerrte Bild, das Borderline-Patienten häufig von sich selbst und der Welt haben, kommt nicht von ungefähr. Laut verschiedenen Studien hat ein Großteil der Betroffenen in ihrer Kindheit emotionalen, körperlichen oder sexuellen Missbrauch erlebt. Ebenso haben ihnen ihre Bezugspersonen oft wenig Wertschätzung entgegengebracht, sondern ihnen immer wieder das Gefühl vermittelt, ihre Empfindungen und Bedürfnisse seien falsch oder böse. Daher haben die Patienten nicht gelernt, ihre Gefühle wahrzunehmen und zu regulieren sowie Vertrauen in sich selbst und andere zu entwickeln. Aber auch Vererbung kann eine Rolle spielen.

Eine Neigung zu Impulsivität und emotionaler Sensitivität scheint die Störung zu begünstigen.



Die Verbindung von Theater und Therapie eröffnet ein breites Spektrum wirksamer Behandlungsmöglichkeiten und Verhaltensoptimierungen.

Foto: Klinik

Probleme in Partnerschaften, Freundschaften, mit der Familie

Das hartnäckigste Problem der Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS) ist sicherlich die Schwierigkeiten im Umgang mit anderen Menschen. Sie haben oft eine lange Geschichte von unglücklichen Liebesbeziehungen und Trennungen hinter sich. Auch ihre Freundschaften laufen nach diesem Prinzip ab. Mal verbringen sie viel Zeit mit einer bestimmten Person und idealisieren diese, dann wiederum gibt es Streit und alles geht in die Brüche.

Spezielle Therapieprogramme in der Klinik Menterschwaige

Für Dr. Hermelink ist es wichtig, dass Betroffene erfahren, dass ihnen geholfen werden kann. „Wir behandeln Betroffene, die Probleme mit ihren starken Emotionen und innerer Anspannung haben und zu Selbstverletzung und Risikoverhalten neigen und bei denen eine ambulante Behandlung nicht möglich oder nicht ausreichend ist.“

Da die Krankheit meist in der Familien- oder Freundesgruppe entstanden ist, findet die Therapie – neben der intensiven Einzeltherapie – vor allem in Gruppen statt, um den Patienten positive, wiedergutmachende Gruppenerfahrungen und eine nachholende Entwicklung der Persönlichkeit zu ermöglichen. Einen hohen Stellenwert in der Therapie haben kreative und körperorientierte Therapien, wie Kunst-, Musik-, Theater-, Tanz- sowie Reiththerapie, aber auch physiotherapeutische Angebote. Die gruppendynamische Arbeit spielt dabei eine bedeutende Rolle. Zusätzlich sind auch verhaltenstherapeutische Methoden integriert: Fertigkeitstraining und Achtsamkeitsübungen sind ebenfalls Elemente, mit denen die Patienten auf gesunde Weise lernen, mit ihren inneren Anspannungen, mit innerem Stress und mit ihren Gefühlen umzugehen und sie zu kontrollieren. Unterstützend können bei allen Therapieformen Medikamente eingesetzt werden, insbesondere, wenn zusätzlich Angststörungen oder Depressionen vorliegen. Wichtig ist, dass die Behandlung wegen des selbstgefährdenden Verhaltens de-

finitiv in die erfahrenen Hände eines psychologischen Psychotherapeuten oder Facharztes für Psychiatrie und Psychotherapie gehört.

Kennzeichen der Borderline-Persönlichkeitsstörung

- Instabile zwischenmenschliche Beziehungen durch den Wechsel von Idealisierung und Entwertung anderer.
- Unter starkem Stress misstrauen Betroffene anderen oder nehmen die Welt und den eigenen Körper als unwirklich wahr.
- Das Gefühl „anders als die anderen“ zu sein, keine eigene Identität zu haben
- Schnell wechselnde Stimmungslage von ängstlich und reizbar zu niedergeschlagen und bedrückt zu glücklich und euphorisch
- Wut kann nur sehr schwer bis gar nicht unterdrückt werden.
- Das Gefühl einer „inneren Leere“
- Betroffene verletzen sich selbst, begehen Suizidversuche oder drohen anderen damit.
- Impulsiver und selbstschädigender Lebensstil. Beispiele: exzessives Geldausgeben, riskantes Sexualverhalten, Substanzmissbrauch, rücksichtsloses Fahren, Glücksspiel, Essanfälle.

Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Angststörungen
- Anpassungsstörungen
- Trauma-Folgeerkrankungen
- Burnout
- Depressionen
- Essstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Psychosomatische Erkrankungen
- Begleitende Suchtproblematik nach Entzug

Holen Sie Hilfe, wenn Sie selbst oder bei anderen Personen erste Anzeichen von Depressionen, Angst oder anderen Störungen bemerken:

Klinik
Menterschwaige

Geiseltagestraße 203
81545 München
Tel. 089/64 27 23-0

www.klinik-menterschwaige.de

Folgen Sie uns auf Instagram:
<https://www.instagram.com/klinikmenterschwaige>



In der Klinik Mentschwaige finden Menschen in seelischer Not eine Zuflucht.

Foto: Klinik