

# PSYCHOLOGIE HEUTE



**Jetzt Newsletter abonnieren**

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten




GESUNDHEIT

## Borderline: schwarz oder weiß

Borderline ist für 1,5 Millionen Deutsche eine Qual: Stimmungsschwankungen und Gefühle der inneren Leere sind typisch. Doch es gibt Hilfe.

VON ANNE-EV USTORE

 01. JUL 2014

Wenn es ganz schlimm ist, greift Lilly Hartwig zum Feuerzeug. Mit der offenen Flamme verbrennt sie sich die Arme, es muss richtig wehtun. Manchmal will sich die 26-Jährige damit bestrafen, weil sie sich so wertlos und minderwertig fühlt. Oft versucht sie damit aber auch Emotionen loszuwerden, die nicht zu ertragen sind: Gefühle von Anspannung und innerer Leere zum Beispiel oder quälende Zustände, die sie selbst nicht deuten kann. „Diese Gefühle sind größer als ich, sie bringen mich um“, erklärt Lilly Hartwig. Was genau sie aber fühlt, kann die Hamburgerin nicht sagen. „Ich kann mir hundert Gedanken machen, aber ob ich nun Wut oder Traurigkeit spüre, weiß ich einfach nicht“, sagt sie. Vor wenigen Wochen ist Lilly Hartwig aus dem Asklepios-Klinikum Nord in Hamburg-Ochsenzoll entlassen worden. Hier war sie drei Monate auf einer speziellen Borderlinestation in Behandlung, zum zweiten Mal bereits. Nun kommt die Chemiestudentin noch zweimal die Woche zur

ambulanten Behandlung in die Klinik und muss ansonsten lernen, ihre heftigen Gefühlszustände im Alltag selbst zu regulieren – keine einfache Aufgabe.

Borderline ist vor allem eine Störung der Gefühlsregulation. Wie Lilly Hartwig leben die meisten Betroffenen in einer labilen Gefühlswelt mit extremen Stimmungsschwankungen und heftigen emotionalen Talfahrten. Experten vermuten, dass bei Borderlinern die Reizschwelle besonders niedrig und das Erregungsniveau sehr hoch ist, Gefühle also sehr intensiv erlebt und zugleich schlecht herunterreguliert werden können. Auch das Selbstbild ist fragil, viele Betroffene ringen mit starken Identitätsproblemen und Minderwertigkeitsgefühlen. Etwa die Hälfte aller Borderlinepatienten entwickelt im Verlauf der Störung selbstverletzendes Verhalten, Suchterkrankungen oder Essstörungen – „Ventile“ für einen unerträglichen inneren Druck. Auch Beziehungen und Partnerschaften sind häufig konfliktbeladen, zum Teil weil die Betroffenen die Verhaltensweisen ihrer Mitmenschen nicht gut „lesen“ können und deshalb fehlinterpretieren – mit dem Ergebnis, dass auch Ausbildungs- und Berufswege häufig abgebrochen werden. Martin Bohus vom Mannheimer Zentralinstitut für Seelische Gesundheit beschreibt die Borderlinestörung deshalb als „schwerwiegende Störung der Affektregulation, begleitet von einer verzerrten Wahrnehmung des Selbstbildes und Störung des zwischenmenschlichen Verhaltens“.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

---

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

## Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

GESELLSCHAFT

## Das Spiel mit der Psychose

Immer mehr Computerspiele setzen sich differenziert mit psychischen Störungen auseinander. Was bedeutet das für die öffentliche Wahrnehmung?

BEZIEHUNG

## Sich wieder nah sein

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

# MEISTGELESEN

**1** LEBEN

### Habe ich Borderline?

Elinor Greenberg beschreibt die narzisstische und die Borderline-Persönlichkeitsanpassung als Reaktion auf unerfüllte kindliche Grundbedürfnisse.

**2** GESELLSCHAFT

### Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

**3** LEBEN

## **Ruhe im Kopf**

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.