

Borderline – den Emotionen und Ängsten ausgeliefert

**Konsequente
Psychotherapie hilft, die
Gefühlswelt wieder in den
Griff zu bekommen.**

Ein Begriff wie Persönlichkeitsstörung ist durch ein Verhalten definiert, das von der Norm abweicht. Der Begriff ist daher schwierig einzuordnen und auch stigmatisierend. Sind wir nicht alle geprägt von (frühen) Erfahrungen und von unseren Genen, auf die wir wenig bis keinen Einfluss hatten? Ab wann darf Individualität, wenn sie nicht den gängigen Normen entspricht, als Störung und damit als krank klassifiziert werden? Gerade die Borderline-Persönlichkeitsstörung entspricht hier gängigen Vorurteilen.

Bei genauer Betrachtung sind aber die Selbstverletzungen, die häufigen Beziehungsabbrüche, die Störung der Impulskontrolle oder die unerträgliche innere Spannung der Ausdruck einer zugrunde liegenden Beziehungs- und Bindungsproblematik. Daher sprechen wir heute selten von Borderline-Störung, sondern beziehungsweise auf die ursächlichen lebensgeschichtlichen Zusammenhänge von Traumafolgestörungen. Was als dysfunktional

Verhalten qualifiziert wird, war in der Vergangenheit zumeist sinnvolles Verhalten als Anpassung an oft schwierigste Lebensumstände. Wenn ich meinen nächsten Bezugspersonen nicht vertrauen konnte, ist mein heutiges generelles Misstrauen und meine Angst vor Nähe nicht grundsätzlich pathologisch, sondern eine Konsequenz negativer Erfahrungen.

Zumeist sind es auch Zeiten unserer Entwicklung gewesen, in denen wir schutzlos der Umgebung ausgesetzt waren und nur durch innere und äußere Anpassung halbwegs gesund überleben konnten – leider mit der Konsequenz, dass die aktuelle Lebensentfaltung und Genussfähigkeit beeinträchtigt ist. Oft stehen auch körperliche Symptome stellvertretend für die inneren Traumatisierungen. Die Behandlung erfolgt dann meist indirekt und letztlich ohne Erfolg auf rein körperlicher Ebene. Wirkliche Hilfe und damit dauerhafte Besserung und Heilung ist nur mit konsequenter Psychotherapie zu erreichen. Psychotherapie

steht hier für die Chance auf neue korrigierende Beziehungserfahrungen, die dann konsequent in den Alltag übertragen werden müssen. Die negativen Erfahrungen und das daraus resultierende selbstschädigende Verhalten werden durch neue, positive Erfahrungen überschrieben. Diese schaffen Raum für eine selbstbestimmte Entwicklung.

Therapeutisch kommen ergänzend verschiedenste Techniken wie Skillstraining, Achtsamkeitsübungen oder Imaginationen zum Einsatz. Dies alles ist letztendlich dem Zweck untergeordnet, selbst wieder seine Gefühlswelt steuern zu lernen und nicht umgekehrt den eigenen, aus der Vergangenheit stammenden Emotionen und Ängsten ausgeliefert zu sein.

Priv.-Doz. Dr. med. **Wolfgang Aichhorn**, MBA, ist Leiter des Sonderauftrags für Stationäre Psychotherapie an der Salzburger Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie I.
Psychologische Hilfe: WWW.KURATORIUM-PSYCHISCHE-GESUNDHEIT.AT – ☎ 0664/100 800 1.

