



Störungsspezifisches Therapiekonzept

## Borderlinestörungen

Eine vereinfachte Übersicht zur Information für Patientinnen und Patienten, sowie der Zuweisenden.

### Was ist eine Borderlinestörung?

Menschen mit einer Borderlinestörung leiden an ihrer ausgeprägten seelischen Instabilität. Dabei handelt es sich nicht nur um die üblichen Stimmungsschwankungen, sondern eine tiefgreifende „Achterbahn der Gefühle“ mit einem Muster von Selbstabwertung und Selbstschädigung bis hin zu schweren Selbstverletzungen und Suizidversuchen.

### Symptome

Bei einer Borderlinestörung beobachtet man ein durchgängiges Muster von

- Instabilität der zwischenmenschlichen Beziehungen
- Instabilität des Selbstbildes
- Instabilität im Bereich der Stimmung
- ausgeprägter Impulsivität mit Beginn in der frühen Erwachsenenzeit.

Für die Diagnose einer Borderlinestörung braucht es mindestens fünf der folgenden Kriterien:

- Verzweifertes Bemühen, ein reales oder imaginäres Alleinsein zu verhindern.
- Ein Muster von instabilen, aber intensiven zwischenmenschlichen Beziehungen, die zwischen den Extremen von Überidealisierung und Abwertung schwanken.
- Ausgeprägte und andauernde Identitätsstörung, in folgenden Lebensbereichen: Selbstbild, sexuelle Orientierung, langfristige Ziele oder Berufswünsche, Art der Freunde oder Partner, persönliche Wertvorstellungen.
- Impulsivität bei mindestens zwei potentiell selbstschädigenden Aktivitäten, z.B. Geldausgeben, Sexualität, Substanzmißbrauch, rücksichtsloses Fahren und Freßanfälle.
- Wiederholte Suiziddrohungen, -andeutungen oder -versuche oder andere selbstverletzende Verhaltensweisen.
- Instabilität der Gefühle (Depression, Reizbarkeit oder Angst) wobei diese Zustände gewöhnlich nur wenige Stunden oder Tage andauern.
- Chronisches Gefühl der Leere oder Langeweile.
- Unangemessene Wutausbrüche.
- Vorübergehende psychotische oder dissoziative Symptome.
- Borderlinestörungen sind oft begleitet von Depressionen, Sucht, Posttraumatischen Störungen, Angststörungen oder Essstörungen.

### Verlaufsformen

Obwohl der Verlauf einer Borderlinestörung langwierig sein kann, ergab eine Langzeituntersuchung von Zanarini in Harvard eine ermutigende Prognose: Von 290 Patienten, die wegen einer Borderlinestörung stationär aufgenommen worden waren, liess sich die Diagnose bei 70 Prozent nach 6 Jahren nicht mehr stellen. Hingegen fand sich auch bei denjenigen, die «remittiert» waren, in zwei Drittel der Fälle eine depressive Erkrankung (mood disorder).

Dies ist einer der Gründe, warum manche Autoren die Borderline-Persönlichkeitsstörung als eine spezielle Form der depressiven Erkrankungen betrachten, bei der eine besonders instabile Stimmungslage das Bild beherrscht.

### Wann braucht es eine klinische Behandlung?

Nicht alle Menschen mit einer Borderlinestörung brauchen eine Klinik. Wenn aber eine Person nicht mehr in der Lage ist, ihr Leben selbständig zu bewältigen, schwere Beziehungskonflikte hat, sich selbst verletzt oder unter Suizidgedanken leidet, so ist eine stationäre Behandlung angezeigt.

Dabei sind wir uns bewusst, dass es nicht immer leicht ist, eine tragfähige therapeutische Beziehung aufzubauen: Menschen mit einer Borderlinestörung leben auch in der Therapie diejenigen Probleme aus, die ihnen das Leben im Allgemeinen schwer machen.

Die Entscheidung für einen Eintritt erfolgt im Gespräch zwischen Hausarzt und Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Zudem bietet die Klinik Sonnenhalde ein Vorgespräch an, in dem die Indikation und die Ziele und die Regeln eines stationären Aufenthaltes besprochen werden. Auf dieser Grundlage wird eine schriftliche Therapievereinbarung erstellt.

## Diagnostische Abklärung

In den ersten Tagen nach Eintritt erfolgt eine Abklärung und die Aufnahme in die therapeutische Gruppe auf der Station. Besonders wichtig ist es, im Gespräch die persönlichen Problembereiche herauszuarbeiten und ihre Bedeutung für die Entstehung und den Verlauf der Störung zu besprechen. Wesentlich ist auch die Beobachtung und die Bearbeitung des Verhaltens im klinischen Alltag.

## Therapieziele

- Stabilisierung der Persönlichkeit
- Verbessertes Aushalten von inneren Spannungen und konstruktives Bewältigen von negativen psychischen Zuständen
- Distanz zu destruktiven Verhaltensmustern (insbesondere Selbstverletzung) und Suizidalität
- Entwickeln von neuen Lebensperspektiven

## Therapie

Im Vordergrund der Behandlungsstrategien steht das Therapiekonzept der „Dialektisch-Behavioralen Therapie“ nach Linehan. Dabei versucht man den Betroffenen Stabilität durch Wertschätzung, aber auch Herausforderung zur Veränderung zu geben. Sie lernen sich selbst besser beobachten (Achtsamkeit) und durch Strategien der Stressbewältigung besser mit Spannungen umzugehen.

So gelingt es das Leben wieder besser in den Griff zu bekommen. In Gesprächen können Beziehungsprobleme und selbsterstörerische Impulse bearbeitet werden. Diese Fertigkeiten (Skills) werden einzeln und in der Gruppe bearbeitet. Zusätzliche Probleme wie Sucht, inakzeptables Verhalten, Selbstverletzung und Suizidalität können die Behandlung komplizieren und je nach Schweregrad zum Therapieabbruch führen.

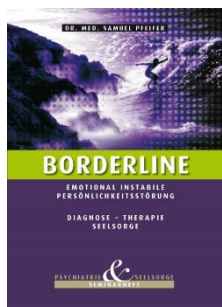
## Therapiedauer

Borderlinestörungen brauchen oft längere Zeit, bis sie völlig abklingen. In der stationären Therapie gehen wir von einem Aufenthalt von 6 Wochen aus mit der Option zur Weiterbehandlung für weitere 6 Wochen im teilstationären Bereich. In Einzelfällen kann auch ein längerer Aufenthalt im teilstationären Bereich notwendig sein.

## Austrittsplanung

Rechtzeitig vor dem Übertritt in das teilstationäre Setting wird mit der Planung der wichtigsten Themen begonnen: dazu gehören Regelung der Arbeits- und Wohnsituation, Gespräche mit den Angehörigen, Orientierung über die Medikation und über Wege zur Rückfallverhütung. Wichtig ist eine geregelte ärztlich-therapeutische Weiterbetreuung, um das Erreichte nicht zu gefährden. Der Anschlussaufenthalt in der Tagesklinik soll weiterhin die Tagesstruktur sichern und ein gezieltes Training zur Erprobung der Belastungsfähigkeit im Alltag ermöglichen.

## Weiterführende Literatur



Ausführliche Informationen über Ursachen, Symptome und Behandlung von Borderlinestörungen finden Sie im Internet, in einschlägigen Fachbüchern oder in einer Broschüre, die von der Klinik Sonnenhalde herausgegeben wird.

Bestellung über [www.seminare-ps.net](http://www.seminare-ps.net).

## Kontakt

Klinik Sonnenhalde, Gänshaldenweg 28, CH-4125 Riehen / Schweiz, Tel. 061 645 46 46

[www.sonnenhalde.ch](http://www.sonnenhalde.ch)

E-mail: [info@sonnenhalde.ch](mailto:info@sonnenhalde.ch)