

Forum für Professionelle, Betroffene
und Angehörige zum Austausch und
wissenschaftlichen Diskurs

Schwerpunkt Borderline-Störung und Bipolarität

- Instabilität und Impulsivität:
Wie bipolar sind Borderliner?
Seite 2
- Interview: Zwei Experten über
Gemeinsamkeiten und Unterschiede
Seite 3

Forschung

- Zwischen Bipolar und Borderline
– was sagt die Forschung?
Seite 4

Erfahrungsbericht

- Last und Chance einer dynamischen
Kombination
Seite 5

Berichte

- Achtsamkeit als Prävention
Seite 6

Forum

- Bipolar oder Borderline – ein Artefakt?
Seite 7

Schlusslicht

- Bipo-Portrait: Lulu Guinness
- Impressum
Seite 8

Wussten Sie schon ...

... dass Sie „IN BALANCE“ abonnieren kön-

Schlaglicht

Grenzgänger – zwischen Bipolar und Borderline

Jeder Mensch ist ein Unikat. Nahezu jeder Patient erscheint als Grenzgänger, es kommt nur darauf an, wie wir die Grenze ziehen. Und Polaritäten bilden nicht nur Depression und Manie, sondern manchmal auch andere Diagnosen wie Zwangsstörung und Psychose – in dem Sinne, dass Zwangshandlungen und -gedanken der Kontrolle des psychotischen Chaos dienen oder hinter dem einen Symptom das andere lauert. In welchem Spannungsfeld stehen Bipolare und Borderline-Störung? Viele junge Patienten sprengen die gängigen Schubladen. Sie gestalten nicht nur ihre Affekte und ihren Antrieb, sondern auch ihre Beziehungen extrem. Sie verletzen die Grenzen anderer und auch die eigenen – sei es, um sich zu spüren, um andere zu testen oder um sich die Welt oder zumindest ihre Umgebung handhabbar zu machen.

Ringens um Balance

Müssen wir die Unterscheidung infrage stellen oder eher die therapeutische Herausforderung beider Diagnosen addieren? Welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede gibt es? Die Depression erscheint oft als nach innen gerichtete Aggression, die Manie als Flucht nach vorne. Beide Phasen spiegeln eine tiefe Selbstwert-Problematik. Auf unterschiedliche Weise geht es darum, Überanpassung zu überwinden: Es nicht mehr allen recht machen müssen, nicht mehr allen Ansprüchen genügen wollen, ungewöhnliche Wünsche in den Alltag integrieren und nicht für die nächste Manie bewahren.

nicht so ausgeprägte Phasen- und mehr Beziehungs- und mehr Beziehungszweifeln Ringens um Balance Bindung und Autonomie, Tanz, Anpassung und Widerstand Themen, die uns alle angeht. Extreme gesteigert, werden die Menschen mitgerissen. Die Reaktion geschieht nicht aus einer Macht, sondern der Ohnmacht.

Psychotherapie – eine Hilfe

Bei beiden Störungen wurde von Psychotherapie lange und zwischen gibt es gute Erfahrungen – im Einzel- und in der Gemeinsam beziehungsweise anderer gelingen Lernprozesse leichter. Für Bipolare kommt der Gruppe die quälende Selbstwahrnehmung („ewige Depressive Manie“) fast von selbst und eine vollständigere Bewältigung kaum noch zu vermehren. Gemeinsam tut beiden gut. Und das Dialogs, die Unterstützung der Angehörigen erscheint fast selbstverständlich! Mit diesem Thema Neuland. Umso mehr freuen wir uns über Zuschriften, Reaktionen und



Prof. Dr. T. F. ...
Klinik für Psychotherapie
Universitätsklinik
Hamburg Ep

Auch die Borderline-Störung spiegelt ei