

Borderline is een hel voor patiënt én zijn omgeving. Een nieuwe cursus biedt hulp.

door Wilfried van der Bles

De Landelijke Dag Psychische Gezondheid, vandaag, staat in het teken van 'borderline'. Deze psychische ziekte maakt het leven tot een kwelling, niet alleen voor patiënten, maar ook voor ouders, partners en andere betrokkenen. Voor hen is er nu een cursus: hoe om te gaan met mensen met borderline?

Carla van Bekkum werkt als preventiemedewerker bij Context, een centrum voor preventieve geestelijke gezondheidszorg (ggz) in Rotterdam. Sinds september geeft zij de cursus samen met haar collega Yolanda Cijscouw. De cursus – veertien sessies in totaal, vergoed op grond van de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten – is ontwikkeld door het Trimbos-instituut, dat gespecialiseerd is in geestelijke gezondheidszorg, samen met de oudervereniging Labyrinth-in-Perspectief en enkele andere instellingen.

Aan borderline lijden zo'n 100.000 tot 300.000 Nederlanders. Familieleden en andere betrokkenen doen vaak alles om het leven weer goed te krijgen. Maar rust hebben ze nooit. Vaak gaan ze er aan onderdoor, soms tot arbeidsongeschiktheid aan toe. Cijscouw: „Borderline speelt zich bij uitstek af in de communicatie met anderen. Het gedrag van borderliners is vaak grenzeloos. Ze kunnen slecht omgaan met emoties, zijn vaak impulsief, kunnen lijden aan intense woede-aanvallen, voelen soms een grote leegte om zich heen. Vaak brengen ze zichzelf verwondingen toe. Ook dreigen ze veelal met suïcide of doen pogingen daartoe. Tien procent van de borderliners overlijdt ten gevolge van zelfdoding.”

Borderline is voor ongeveer vijftig procent in aanleg aanwezig en kan vroeger of later tot uiting komen. Wanneer de ziekte zich manifesteert, hangt af van externe factoren. Mishandeling, seksueel misbruik, maar ook scheiding van de ouders of zelfs een verhuizing kan de ziekte opeens op gang brengen.

Meestal weten de ouders niet wat

er aan de hand is met hun kind. Ze zien alleen dat er extreme gedragsproblemen zijn. Het onbegrip in de buitenwereld is groot. Grote kans dat ouders te horen krijgen: pak je kind eens wat harder aan.

Doel van de cursus is betrokkenen weer greep te laten krijgen op hun leven door gedragsverandering. Inzicht in de ziekte en het gedrag dat daarbij hoort is van belang. Maar ook zelfinzicht.

Cijscouw: „De cursisten krijgen bijvoorbeeld de vraag voorgelegd: ben je een spons of een spiegel? Een spons zuigt alle problemen op, voelt zich verantwoordelijk voor alles. Vaak hebben vrouwen daar last van. Spiegels – meestal mannen – gaan meer confronterend te werk. Als de borderliner extreem gedrag vertoont, doen zij dat ook. Dan dreigt de relatie in een spiraal naar beneden terecht te komen met het risico dat het contact uiteindelijk in één klap wordt verbroken.”

Door rollenspellen en oefeningen thuis moeten de cursisten leren grenzen te stellen. Cijscouw: „Je moet niet alles willen regelen of oplossen. Zeg ook eens: ik weet het ook niet.”

Van Bekkum: „De borderliner kan de neiging hebben om verantwoordelijkheid bij anderen te leggen. Wij zeggen: leg de verantwoordelijkheid eens terug.”

Cijscouw geeft aan hoe gecompliceerd de omgang met een borderliner kan zijn: „Verlatingsangst speelt vaak een grote rol. Soms proberen borderliners de ander uit, zeggen ze dat ze weg willen, alleen maar om te zien hoe de ouders of de partner reageert. Zeg jij: 'ga maar', dan antwoorden zij: 'zie je wel, je houdt niet van me'. Eigenlijk kun je het nooit goed doen. Dat moet je leren accepteren. Er is één schrale troost: borderline dooft uit na het vijftigste levensjaar. Maar stel je voor dat bij je kind op z'n achttiende borderline wordt vastgesteld. Dan heb je het wel over een periode van dertig jaar. Dat is een heel lange tijd ellende.”

Informatie over de cursus: 010-4933555 of info@context-ggzpreventie.nl



Borderline-patiënten krijgen vaak intense woede-aanvallen. Velen verwonden zichzelf