

Erwin van Meekeren & Hans de Jong

# Omgaan met borderline

*Een praktische gids voor  
naastbetrokkenen*

Boom | Amsterdam

© Uitgeverij Boom, Amsterdam p/a Erwin van Meekeren & Hans de Jong, 2010

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912. Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without  
the written permission of the publisher.*

Omslagontwerp: Bas Smidt  
Verzorging binnenwerk: Annelies Bast

ISBN 978 94 6105 040 3

NUR 770, 772

# Inhoudsopgave

Voorwoord 11

## **DEEL 1: WAT MOET JE WETEN?**

- 1 Hoe herken je het? 17**
  - 1.1 Emotieregulatiestoornis 18
  - 1.2 Instabiliteit 19
  - 1.3 Waaier aan verschijnselen 20
  - 1.4 Eigen emoties en reacties 20
  
- 2 Enkele feiten 23**
  - 2.1 Geschiedenis 24
  - 2.2 Officiële diagnostiek en classificatie 25
  - 2.3 Leeftijd 27
  - 2.4 Sekseverschillen 28
  
- 3 Symptomen 29**
  - 3.1 Emotionele instabiliteit 29
  - 3.2 Impulsiviteit 30
  - 3.3 Identiteitsproblemen 30
  - 3.4 Alles of niets 30
  - 3.5 Verlatingsangst 31
  - 3.6 Een waaier van symptomen 31

<b>4</b>	<b>Oorzaken 35</b>
4.1	Genetische factoren 35
4.2	Omgevingsfactoren 36
4.3	Complexe wisselwerking tussen veel factoren 37
4.4	Risicofactoren voor het ontstaan van een borderlinestoornis 37
4.5	Naastbetrokkenen 39
<b>5</b>	<b>Behandeling 41</b>
5.1	De behandelsetting 43
5.2	De behandelonderdelen 44
5.3	Een handig model 46
5.4	Praten en pillen 48
5.5	Crisissituaties 50
5.6	Naastbetrokkenen 52

## **DEEL 2: WAT KUN JE DOEN?**

<b>6</b>	<b>Algemeen 57</b>
6.1	Informatie vergaren 58
6.2	Erkenning 58
6.3	Lange adem 59
<b>7</b>	<b>Intimi 61</b>
7.1	Emotieregulatiestoornis 62
7.2	Instabiliteit 64
7.3	Waaier aan verschijnselen 66
7.4	Eigen emoties en reacties 66
7.5	Adviezen voor intimi 68
<b>8</b>	<b>Andere relaties 71</b>
8.1	Adviezen voor professionals in de zorg 71
8.2	Adviezen voor andere relaties 72
<b>9</b>	<b>Veelgestelde vragen 73</b>

10	<b>Ervaringsverhaal</b>	93
10.1	Familie	93
10.2	Partner	94
10.3	Omgeving	95
10.4	Hulpverlener	95

	<b>Nawoord</b>	97
--	----------------	----

## **BIJLAGEN**

Bijlage 1	Nuttige adressen	101
Bijlage 2	Belangenorganisaties	105
Bijlage 3	Literatuur en informatie	109
Bijlage 4	Diagnostiek en classificatie	113
Bijlage 5	Oorzaken	117
Bijlage 6	Psychotherapie	121
Bijlage 7	Medicijnen	123
Bijlage 8	Modelregeling en MD-richtlijn	131
Bijlage 9	Triadekaart Ypsilon	139
Bijlage 10	Familiebeleid bij Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek	141

	<b>Lijst van afkortingen en begrippen</b>	143
--	---	-----

## Voorwoord

De titel van dit boek luidt: *Omgaan met borderline*. De officiële aanduiding van deze stoornis is borderline persoonlijkheidsstoornis. De korte aanduiding ‘borderline’ geeft aan dat we het onderwerp breed opvatten. In dit boek gaat het er namelijk niet om of deze diagnose precies bij iemand past of al officieel gesteld is (hoewel dit het wel wat gemakkelijker maakt). We zoeken ook geen antwoord op de vraag hoe de behandeling eruit zou moeten zien voor die ene specifieke persoon of wiens ‘schuld’ het allemaal is. Dit boek wil vooral praktische handvatten bieden aan eenieder die zijn kennis en vaardigheden omtrent deze problematiek wil vergroten. Dat betekent dat het gaat om het beter begrijpen van en leren omgaan met mensen die gekenmerkt worden door:

- heftige emotionele reacties;
- impulsief gedrag;
- identiteitsproblemen;
- snelle stemmingsschommelingen;
- conflicten met hun omgeving.

Die omgang vraagt om de inzet van alle betrokkenen, zodat zij allen een prettiger leven kunnen leiden. Dat kan alleen met respect voor elkaars mogelijkheden en beperkingen. Het betekent dat het ook voor u als naastbetrokkene niet voldoende is om de problemen bij ‘de patiënt’ te leggen. Ook u zult zich moeten inzetten en waar nodig eigen gedrag en communicatie willen veranderen. Dit doet er echt toe!

De landelijke familieorganisatie Stichting Labyrint-In Perspectief

vindt het belangrijk dat wij benadrukken dat de behandelresultaten bij veel patiënten met borderline redelijk tot zelfs uitstekend zijn, om u daarmee ook hoop te geven. Door al het onderzoek wordt onze kennis steeds beter. Al is het gemakkelijk gezegd en soms moeilijk uitvoerbaar, een lange adem kan het allemaal waard zijn.

Borderlineproblematiek komt overigens veel voor: tussen de 1 en 2% van de bevolking – 150.000 tot 200.000 Nederlanders – heeft de stoornis. Vaak openbaart die zich op jongvolwassen leeftijd: gemiddeld tussen het zeventiende en vijfentwintigste jaar. Maar er zijn dan vaak al eerder problemen geweest; we zien op jongere leeftijd soms ook al duidelijke ‘voorlopers’ van de stoornis. En uitlopers ervan zien we tot op hoge leeftijd.

Het is belangrijk te weten dat er een aantal gemeenschappelijke kenmerken is, maar dat borderlinepatiënten daarnaast onderling ook fors kunnen *verschillen*. Ieder mens is uniek, ook een mens met psychische problemen, en vraagt een persoonlijke aanpak. Al die individuele verschillen kunnen wij in dit boek niet behandelen. Serieuze psychische problematiek vraagt altijd om een professionele behandeling.

In dit boek putten wij uit de relevante vakliteratuur én uit onze eigen jarenlange praktijkervaring. Wij bieden u de noodzakelijkste kennis en schetsen de laatste stand van zaken uit de wetenschap. Aan de hand van vele praktijkvoorbeelden wordt in het boek duidelijk gemaakt hoe gecompliceerd en heftig onderlinge relaties kunnen verlopen. Op de vragen die ons regelmatig door familieleden en naastbetrokkenen gesteld zijn en worden, trachten wij een antwoord te geven. Aan het eind vindt u een overzicht van nuttige adressen, websites en literatuur.

Wij hebben het boek verder als volgt opgebouwd: elk hoofdstuk begint met een kader waarin in telegramstijl de belangrijkste feiten staan. Dan volgt een nadere beschouwing, die we geprobeerd hebben gedegen, maar ook kort en krachtig te houden. Voor mensen die zich nog verder willen verdiepen is achter in het boek een aantal bijlagen opgenomen, die vaak technischer en gedetailleerder van aard zijn. De bedoeling van dit alles is dat het boek vlot leesbaar is, en geschikt voor mensen met verschillende behoeftes.

In de literatuur en in het dagelijkse gebruik worden verschillende termen door elkaar gebruikt: borderline persoonlijkheidsstoornis, borderlinesyndroom, borderlinepathologie, borderlinestoornis of kortweg borderline. In dit boek gebruiken we meestal borderlinestoornis. Ook gebruiken we het woord patiënt, daar waar ook cliënt of gewoon persoon gelezen kan worden.

Omdat de meeste borderlinepatiënten van het vrouwelijke geslacht zijn wordt in de tekst de zij-vorm gebruikt.

Met de term 'naastbetrokkene' bedoelen wij iedereen die een directe relatie met de patiënt heeft. Dat kan een familielid zijn, echtgenoot of partner, maar ook een goede vriend of vriendin, of iemand die zich om een andere reden nauw bij de patiënt betrokken voelt.