

## Hoe herken je een borderline persoonlijkheid?

Mensen met borderline zijn instabiel en impulsief. Ze hebben last van extreme stemmingswisselingen: op één en dezelfde dag kunnen ze zich aanvankelijk goed voelen, daarna zomaar diep in de put zitten en vervolgens zonder een echte aanleiding in woede ontsteken. Ze handelen impulsief en hebben even later vaak spijt van hun gedrag.

Borderliners zijn ook

sterk geneigd in zwart-wit-termen te denken. Dat maakt dat hun zelfbeeld en hun relaties met andere mensen voortdurend aan verandering onderhevig zijn. Ze hebben geen welomlijnd idee over zichzelf en zijn dan ook extra vatbaar voor hypes, goeroes en sektes. Ook in hun verhoudingen met anderen kun je dat gebrek aan nuanceren merken: mensen die een goede eerste

indruk op hen maken, idealiseren ze meteen. De ander is het helemaal, niemand kan aan hem tippen. Voldoet die persoon echter één keer niet aan de hoge verwachtingen van de borderliner, dan dondert hij meteen van zijn voetstuk. Al zijn uitspraken worden vanaf dan verkeerd geïnterpreteerd en als aanleiding voor ruzie gebruikt: de borderline persoonlijkheid kan niet relativiseren en zal

het er dus ook niet zomaar bij laten.

Borderliners kampen geregeld met crisismomenten, waarin ze met zelfmoord of riskant gedrag dreigen en zichzelf soms ernstig verwonden. Tussendoor keert de relatie rust terug. Hun centrale denkspite: "De wereld is slecht en gevaarlijk, en ik ben kwetsbaar, machteloos en minderwaardig." Toch blijven ze tevergeefs

op zoek naar liefde, rust en stabiliteit. Ze vinden zichzelf de moeite niet waard, maar verlangen er wel hevig naar geaccepteerd en bemind te worden. Daardoor klampen ze zich, uit schrik hen te verliezen, veel te snel vast aan andere mensen. Het is tragisch dat ze door hun gedrag de verlating vaak min of meer uitlokken.

Sommige experts denken dat de regulering van emo-

ties bij de borderliner fundamenteel anders verloopt dan bij 'gewone' mensen. Een beroemd voorbeeld daarvan is Glenn Close's rol in *Fatal Attraction*. Een troost: bij veel borderliners gaan de scherpe kantjes er bij het ouder worden (zo rond de veertig) vanzelf wat af. (SDS)

**BRON:** Willem van der Does, 'Zo ben ik nu eenmaal! Lastpakken, angsthazen en buitenbeentjes', Roularta Books.