

Bekijk een 'Borderliner' als een mens, niet als een zieke of een ziekte

Iemand die gediagnosticeerd is met Borderline verandert van een mens in een patiënt, een zieke, en krijgt wat ik noem een sticker opgeplakt. De 'ziekte' Borderline wordt gezien als ongeneeslijk en vaak behandeld met medicatie. Ik ben het daar totaal niet mee eens. Voor mij is Borderline de verzamelnaam voor een gedrag dat voortkomt uit een emotioneel beladen jeugd en opvoeding en een gemis van hechting in de jeugd en weldegelijk te 'genezen' is.

Er zit een mens achter het label Borderline

Door opgelopen pijnen ontwikkelt een kind een gedrag van aantrekken en afstoten, van het creëren van ruzies en onenigheden, en ook een gedrag dat erg destructief kan zijn naar zichzelf en naar anderen. Een 'Borderliner' stelt zich vaak tegendraads op. Volgens de reguliere, wetenschappelijke zorg komt dit omdat die personen 'ziek' zijn. Er is volgens hen van alles aan de hand op zowel psychisch als lichamelijk vlak.

Voor mij is een 'Borderliner' geen zieke, maar een mens met een klacht dat het label Borderline heeft gekregen en waar de persoon zeker overheen kan komen.

Het wordt tijd dat ouders, opvoeders, docenten en hulpverleners weer in verbinding komen met het kind, de mens onder het sticker. Het kind vertelt namelijk iets met haar of zijn grensoverschrijdend gedrag en laat zien dat het zich verdrietig en boos voelt, en de indruk heeft dat niemand haar of hem hoort, gelooft of serieus neemt.

Door een tekort aan basisbehoeftes kan grenzeloos gedrag ontstaan

Elk kind heeft een aantal basisbehoeftes nodig wil het in balans kunnen opgroeien of zelfs kunnen overleven. Voorbeelden zijn: aandacht, bevestiging, aanmoediging, goedkeuring, bewondering, respect en begrip. Als een of meerdere behoeftes niet bevredigd worden, gaat het kind een gedrag ontwikkelen om alsnog die behoeftes te krijgen. Een kind dat bijvoorbeeld het gevoel heeft niet erkent te worden, kan mogelijk overmatig vragen of zij iets goed doet, of zij er mooi uitziet, of het knap is wat zij doet. Op deze manier probeert zij alsnog de behoefte erkenning te krijgen. Hoe groter het gemis van de basisbehoeftes, hoe meer het kind uit balans raakt en een gedrag ontwikkelt dat niet het gedrag zou zijn als het voldoende onvoorwaardelijke liefde zou hebben gehad. Daarbij kan het over grenzen gaan van zowel zichzelf als van de ander. Als de pijn op het gemis van bijvoorbeeld erkenning enorm groot is, (stel, een kind heeft het gevoel dat het nooit gelijk krijgt, oneerlijk wordt behandeld en wordt afgekapt), kan het kind een extreme manier van 'afzetten tegen' en 'behoefte aan gelijk krijgen' ontwikkelen.

Door het gemis van deze basisbehoeftes zal het kind steeds meer emoties opbouwen. Tel daar bij op de pijn van het niet verbonden zijn van een van de ouders met het kind, (dat bij Borderline vaak het geval is) en er zal een eenzaamheid, een angst, een boosheid en verdriet ontstaan. Het kind heeft natuurlijk wel die verbondenheid en liefde nodig, en zal die ook proberen te krijgen, maar door de opgeslagen emoties en pijnlijke

herinneringen, lijkt het of een 'Borderliner' bang is geworden contact te maken of liefde te ontvangen. Het trekt aan omdat het liefde en dergelijke nodig heeft, maar stoot ook weer af, omdat het door de ervaringen in de vroege jeugd wil vermijden nog een keer diezelfde pijnen te voelen die het al eerder heeft gevoeld.

Onder het label Borderline zit vaak een zeer krachtig individu

Ik ben zelf opgegroeid met een zus die rond haar 15^e gediagnosticeerd werd met Borderline. Tot die tijd niets aan de hand met haar. Sterker nog, zij was een sterke persoonlijkheid, creatief, intelligent, speels en had een grote eigen-wijsheid met een krachtige eigen mening. Door de dominantie van mijn vader en de hardheid van mijn moeder, kwam zij meer en meer in verzet. Zeker als zij zelf vond dat ze ergens gelijk in had. Zij ging tegendraads reageren en kwam steeds feller voor haar mening uit. Doordat dit niet gewaardeerd werd, ontstond er een steeds grotere afstand tussen haar en mijn ouders. Het gemis aan de basisbehoeftes nam toe en dus ook de berg emoties in haar. Op school kwam zij steeds meer in conflictsituaties, omdat zij ook daar het gevoel had niet begrepen te worden. Zij had eigenlijk het gevoel nergens meer gehoord, gezien of begrepen te worden. Daardoor zag je dat zij in haar gedrag over steeds meer grenzen ging. Logisch vind ik zelf, want elk kind wil van nature gerespecteerd, begrepen en gehoord worden.

Zij begon op een moment in haar leven steeds destructiever naar zichzelf te worden. Niet alleen in haar communicatie, maar ook begon zij zichzelf fysiek pijn te doen. Dit hoorde bij haar 'ziekte' zei men, maar voor mij kwam dit omdat zij overliep van emoties waardoor haar 'hart' zo'n pijn deed, dat zij liever de pijn voelde van bijvoorbeeld een brandende sigaret op haar arm.

Inmiddels heb ik in mijn praktijk veel mensen gezien met de klacht Borderline. Het valt mij op dat het allemaal sterke persoonlijkheden zijn, vaak met een krachtige wil en een eigen visie, maar dat zij bedolven zijn geraakt onder een grote bak emoties en angsten. Ook valt het mij op dat zij allemaal een gemis van hechting hadden ervaren met meestal de moeder en zich vaak niet begrepen, gehoord of gezien hebben gevoeld. Het lijkt of elke 'Borderliner' het gevoel heeft dat zij onredelijk zijn behandelt, verkeerd zijn geïnterpreteerd en dat zij ten onrechte worden gezien als onhandelbaar. Dit onbegrepen voelen creëert een gedrag dat steeds extremer kan worden.

Veel psychische klachten zijn te helen

De eerste stap in het helingproces is het loskomen van het sticker Borderline. Door dit sticker is iemand verandert van een mens in een ziekte of een patiënt. Een label heeft een enorm impact op de identiteit van iemand. De 'Borderliner' mag zich weer gaan realiseren dat zij of hij een persoon is met een klacht die men Borderline noemt, maar geen Borderliner is. Door de 'zieke' weer te zien als een persoon, kan er gewerkt worden aan de oorzaak van het ontstaan van de klacht en de gevolgen die het met zich

meebrengt. Ook kunnen dan pas de oorspronkelijke identiteit en innerlijke kwaliteiten weer aan de oppervlakte komen.

Heling kan alleen als er weer contact gemaakt wordt met de gebeurtenissen uit het verleden die zoveel pijn hebben opgeleverd. De opgeslagen pijnen, angsten en emoties moeten naar boven komen en geuit worden. Het alsnog uiten van de emoties en verwerken van de gebeurtenissen, geeft de persoon begrip. Door dit begrip zal de behoefte om over grenzen te gaan steeds meer afnemen.

Pas als iemand contact maakt met haar of zijn disbalansen, kan er een bewustwording ontstaan, waardoor veranderingsprocessen in gedrag op gang komen.

Hoe meer iemand de 'kelders' leegt van haar of zijn opgeslagen emoties, hoe vrijer iemand zich zal voelen. Door het weer leren gebruiken van haar of zijn verborgen kwaliteiten die in de 'berging' staan, zal de oorspronkelijke kracht en identiteit naar boven zal komen.

Wat zouden er veel mensen van hun (psychische) klachten af kunnen komen, als wij eens ophouden mensen te zien als labels en ziektes en weer beginnen met in te zien dat een mens een 'Goddelijk' wezen is die alle kwaliteiten in zich heeft om een zo vitaal, autonoom en gelukkig mogelijk leven te leiden. Een mens is niet haar of zijn klacht, maar heeft een klacht die meestal voortkomt uit niet verwerkte, emotioneel beladen gebeurtenissen. De mens is in staat om over haar of zijn klacht heen te komen, de klacht zelf (het label) beperkt iemands Zijn.

Wil je meer inzicht in de invloed van het verleden op onze psyche en ons Zijn, dan kan het boek 'Bekijk ze eens als mensen' je aardig op weg helpen. Op de website www.robderksen.nl vind je meer informatie.

Rob Derksen