

Eine unerklärbare Krankheit

Gekürzte Fassung des gleichnamigen Textes aus dem Buch "Leben auf der Grenze. Erfahrungen mit Borderline"

von Christiane

"Ja, und was ist das, dieses Borderline?", diese Frage wird mir häufig mit dem Unterton des Befremdens gestellt. Unter einer Depression meinen die meisten Leute sich etwas vorstellen zu können, schließlich sei doch jeder mal niedergeschlagen. Magersucht ist seit den Schlagzeilen aus diversen Königshäusern salonfähig und damit weniger exotisch geworden. Auch von Schizophrenie glauben die meisten Menschen eine Vorstellung zu haben, wenn diese möglicherweise auch nur das medienvermittelte Bild des Sexualstraftäters enthält, der im Anfall geistiger Umnachtung Frauen oder Kinder ermordet, und zwar mit dem Ergebnis als nicht schuldig in die Psychiatrie eingewiesen zu werden.

Über meine Erkrankung machen sich die Medien noch nicht einmal Gedanken. Als ich in der Erwachsenenpsychiatrie das erste Mal die Diagnose "Borderline-Störung" bekam, war ich vor allem beleidigt. Das einzige, was ich mir unter dieser Störung vorstellen konnte, war das Verhalten einer ehemaligen Mitpatientin aus der Kinder- und Jugendpsychiatrie, die hin und wieder Aggressionen an ihrer Umgebung ausließ, indem sie sich beispielsweise mit dem Pflegepersonal der Station versuchte zu prügeln. Sie war "borderline".

So sollte ich nun also auch sein?! Diese Einschätzung meines behandelnden Arztes ging mir entschieden zu weit. Einige Tage ärgerte ich mich über meine Diagnose, dann äußerte ich dem Arzt gegenüber meinen Unmut. In der Visite erfuhr ich mehr über meinen neuen "Stempel". Vorstellen konnte ich mir unter der Erkrankung allerdings immer noch nicht viel. Das änderte sich, als ich – unzufrieden mit den ärztlichen Erklärungen – das erste Fachbuch über meine Krankheit las. In diesem Buch wurde mein Verhalten ganz deutlich beschrieben. Heimlich und mit roten Ohren las ich Dinge über mich, die ich niemals anderen gegenüber zugegeben hätte. Ich war erleichtert, dass ich nicht die Einzige zu sein schien, die merkwürdige Wege wählte um das Leben und den Alltag auszuhalten, aber es war mir auch peinlich, ich fühlte mich ertappt und durchschaut. Woher kannten die Autoren mein Erleben so genau? War ich wirklich ernsthaft krank, wie im Buch beschrieben? Manchmal hatte ich das Gefühl, doch nur ein gigantisches Theaterstück zu spielen, aus dem ich einfach nur aussteigen müsste, wenn ich wollte. Der Psychiatrieaufenthalt schien Teil des großen "Experiments" zu sein, dass ich gerade selber durchführte, ohne zu wissen mit welchem Ziel. Vielleicht simulierte ich nur und war eigentlich kerngesund? Ich war sehr unsicher wo ich eigentlich stand und wie ich selber zu meiner Erkrankung stehen sollte.

Beim Versuch die Borderlinestörung zu beschreiben stelle ich immer wieder fest, wie unerklärbar diese Krankheit eigentlich ist. Sie lässt sich nicht in zwei Sätzen beschreiben, weil sie zu komplex ist. Ich wirke zu "normal" um in das Klischee "verrückt" zu passen, auch wenn es in mir vermutlich "verrückter" aussieht, als in den "Normalen". Wenn ich nach Außen auffälliger, richtig "verrückt" wirken würde, komische Dinge täte, wäre es für die anderen vielleicht leichter zu verstehen, warum ich Probleme habe den Alltag zu bewältigen. Doch auf den ersten Blick bin ich

einfach nur unauffällig, eben "normal". Von Freunden etwa, die mich nach einer Erklärung für die Borderlinestörung fragen, unterscheide ich mich kaum. Das kann die Sache dann noch deutlich verkomplizieren, denn ich habe die Erfahrung gemacht, dass gerade Ähnlichkeit Angst macht und Abstand erzeugt. Oft gelingt es mir nicht, anderen zu erklären, wie verletzlich ich bin und wie sehr ich meinen Stimmungsschwankungen unterworfen bin.

Reaktionen meiner Umwelt haben mich vorsichtig gemacht zu meiner Diagnose zu stehen. Bei Profis ist mir das gesamte Spektrum der Einstellung zu dieser Erkrankung begegnet. Interesse an den Symptomen und meinem Erleben wurde ebenso gezeigt, wie offene Aggression und Abwertung meiner Person als Personifizierung dieser Störung. Vielleicht fängt das Erklärungsproblem meiner Krankheit schon damit an, dass die Störung selten sofort klar diagnostiziert wird. In der Fachliteratur als Grenzstörung zwischen Psychose und Neurose beschrieben, erlebe ich bis heute immer wieder, dass ÄrztInnen oder TherapeutInnen mir neue Diagnosen zuordnen, obwohl ich die Borderlinestörung selber als sehr zutreffend für die Beschreibung meiner Problematik halte. Wenn ich mir meine diversen Diagnosen in den Arztberichten ansehe, denke ich, dass sehr gut die verschiedenen Facetten der Krankheit deutlich werden: Anorexia nervosa, latente Suizidalität, Medikamentenabusus, Identitätsstörung, Bulimie, Essstörungen, Panikattacken, akute Suizidalität bei depressiver Entwicklung, Laxantienabusus, Verhaltensstörung, psychogenes Erbrechen, Depression, multiple Suizidversuche, komplexe frühe Störung mit multiplen Symptomen und Beschwerden, multiple Schnittwunden, akute Belastungsreaktion, Psychose, Borderline-Störung, Posttraumatisches Belastungssyndrom, dissoziative Störung und schließlich Borderline-Persönlichkeit mit ausgeprägt autoaggressiver Tendenz bei Drogen- und Tablettenabusus, latenter Suizidalität und Bulimie. So lauten die medizinischen Umschreibungen für mein Erleben.

Ich selbst halte die Borderline-Störung für eine lebensgefährliche Erkrankung. Es hat für mich Zeiten gegeben, in denen ich nicht in der Lage war, meinen Alltag zu bewältigen, ohne eine Überdosis Tabletten oder Rasierklingen bei mir zu haben. Ich habe viele Stunden an Bahngleisen gestanden mit der Überlegung meinem Leben ein Ende zu setzen. Ich habe versucht mir die Pulsadern aufzuschneiden und mich zu strangulieren. Der Gedanke, mein Leben beenden zu können, wenn ich das "Spiel des Lebens" nicht mehr aushalte lässt mich letztlich überleben. Der Einsatz meines Lebens als Fluchtversuch aus der Verzweiflung oder um unbewusst Beziehungen auf ihre Tragfähigkeit zu testen hätte mit einem gelungenen Suizid enden können. Ich weiß, dass ich ohne die Psychiatrie heute nicht mehr leben würde.

Das "Verrückte" bei der Beschreibung meines Erlebens der Borderline-Störung ist vielleicht, dass ich mich selber nie als krank empfunden habe. Daher kann ich auch schwer sagen, ob ich jetzt gesund bin. Ich denke, dass mein Empfinden irgendwie anders war und ist, als das der "Normalen". Was den Unterschied macht, kann ich schwer erklären. Empfinden ist immer subjektiv. Vielleicht bin ich empfindlicher. Nicht "normal" ist wahrscheinlich, dass ich mir ein Leben ohne Angst nicht vorstellen kann. Ich lebe mit einer ständigen Verlustangst und habe dabei Angst vor Nähe. Gleichzeitig suche ich mit größter Verzweiflung immer wieder Geborgenheit und Sicherheit. Leider ist das Einzige was in meinem Leben sicher ist, dass nichts sicher ist. "Stabile Instabilität" nennen "meine" Profis das und für mich ist es eine Beschreibung des Chaos in meinem Innern, dass mich immer begleitet. Oft bin ich

verzweifelt über meine Stimmungswechsel. Innerhalb von Stunden kann ich von totaler Euphorie in absolute Hoffnungslosigkeit stürzen. Solche Zustände können sich im Lauf eines Tages mehrfach wiederholen und kosten unendlich viel Kraft. Wenn ich mich in einem Gefühlszustand befinde, habe ich keinerlei Zugriff auf anderes Erleben. Wenn ich verzweifelt bin, spüre ich nur die Verzweiflung und habe "vergessen" das es jemals wieder anders sein könnte. Geht es mir gut, kann ich mir nicht vorstellen, dass es mir irgendwann wieder schlecht gehen könnte.

Wenn ich ins Nichts, in die Hoffnungslosigkeit stürze, kann ich meinen Körper nicht mehr spüren. Mein innerer Schmerz ist überwältigend und ich habe das Gefühl innerlich auszubluten. Es ist fast unmöglich diesem Gefühl etwas entgegenzusetzen. Um wieder eine Vorstellung von den Grenzen meines Körpers zu bekommen, schneide ich mir mit Rasierklingen die Arme und manchmal den ganzen Körper auf. Erst wenn ich den Schmerz spüre gewinne ich langsam wieder Boden unter den Füßen. Gerade die Selbstverletzungen sind ein Teil, den ich nur sehr zögerlich und allenfalls in "abgespeckter Version" erzähle und gerade die Selbstverletzungen sind eigentlich der einzige Teil der Erkrankung der für Außenstehende sichtbar ist. Ich schäme mich unendlich für die Narben auf den Armen die meine "blauen Flecke auf der Seele" widerspiegeln. Ich lebe in einer ständigen Dissonanz. Auf der einen Seite funktioniere ich hundertfünfzigprozentig, andererseits bin ich ein "emotionales Wrack". Ich halte eine Menge aus, so lange ich es schaffe, Verstand und Gefühle voneinander zu trennen. Das ist ein erstaunlicher Mechanismus der nahezu perfekt funktioniert, aber gerade das ist gefährlich. Bis heute ist sicher ein Kennzeichen meiner Erkrankung, dass ich täglich gegen den Wunsch nach Regression anarbeiten muss. Gerne möchte ich mich verkriechen oder fallenlassen, versorgt werden und zwischendurch einmal nicht kämpfen müssen. Oft wünsche ich mich auch jetzt noch in die Psychiatrie zurück, nur um noch einmal die Verantwortung für mich an der ich manchmal ganz schön schlepe, wenigstens teilweise abgeben zu können.

In dem Rahmen in dem "normale" Menschen sich anvertrauen und fallenlassen, habe ich mich immer unter Kontrolle. Niemals würde ich meinen Alltagsumfeld meine Verzweiflung zumuten. Ich denke, dass Freundschaften nicht unendlich belastbar sind und an meinen inneren Abgründen zerbrechen würden. Deshalb sind die "Profis" meine Adressaten. Vielleicht haben sie weniger Angst vor meinen Abgründen, vielleicht haben sie mehr Abstand, weil sie nicht in mein soziales Umfeld verstrickt sind. Ich bin froh, dort nicht erklären zu müssen, dass mein Leben als "Borderlinerin" anstrengend ist. Das es Dauerstress bedeutet, zwischen sich widersprechenden Gefühlen und rationalen Überlegungen die Balance zu halten. Ich habe gelernt meine Reaktionen auf Alltagsprobleme mit denen meiner "normalen" Mitmenschen zu vergleichen. Spannend finde ich, dass diese unterschiedlich reagieren. Personen, die um meine Vergangenheit wissen, erklären mein Verhalten oft als "typisch Borderline". Die "Unwissenden" bestätigen das selbe Verhalten als angemessen, erklären oft dass sie ähnlich gehandelt hätten.

Mein Fazit ist letztlich meine Vergangenheit so weit wie möglich geheim zu halten, um an den Reaktionen der "Normalen" auf mich ablesen zu können, wie nah ich am "normalen Leben" bin, zu dem ich nie wirklich das Gefühl habe dazugehören. "Borderlinerin" zu sein bedeutet für mich Zuschauerin zu sein und mein "Doppelleben" so zu organisieren, dass ich auf der Grenze zwischen meiner Innenwelt und der Außenwelt stehen kann, ohne das Vergangenheit und Gegenwart durcheinandergeraten.