

Borderline Kişilik

Borderline- Persönlichkeit

Sayfa 57-59

? Borderline kişilik nedir?

? Was ist eine Borderline-Persönlichkeit?

İnsanların kişilikleri ve değişik kişilik tipleri üstüne çok şey söylenip yazılmıştır. Neyse ki, tamamen normal bir insan yoktur. Hepimiz kendi kişilik özelliklerimizle ortalama bir normdan – ölçüsü ne olursa olsun – sapmalar gösteririz. Ama bu sapmalar, belirli şartlarda öylesine çok olabilirler ki, kişinin günlük yaşamını aksatabilir, kişisel gelişme olanaklarını engelleyebilirler. Veya kişinin aşırı davranışları çevresini rahatsız edici bir duruma gelebilir. Bu gibi durumlarda kişilik bozuklukları söz konusudur. Oldukça derin bir kişilik bozulması türüne „borderline kişilik“ (ingilizce borderline = sınır) denmektedir.

Burada, istikrarsızlık içinde istikrarlı olan insanlar söz konusudur. Bu tür insanlarda sürekli duygusal „yükselme“ ve „düşüş“ arasında gidip gelen aşırı bir dalgalanma vardır. Borderline şeklinde kişilik bozukluğu olan insanlar her şeyi ya ak, ya da kara olarak düşünür veya hissederler. En yakın çevrelerinde bulunan kişileri de böyle değerlendirirler. Örneğin, bir hekim veya terapistte başvurduklarında, tedavinin ilk aşamalarında önce bu kişiye karşı büyük beklentiler içine girer ve peşinen „büyük“ bir güven duyarlar. Ancak, tedavi uzmanının davranışları beklentilerine uygun olmadığında, şu veya bu şekilde, zorunlu olarak aşırı bir hayal kırıklığına uğrarlar. Borderline özelliği gösteren kişiler kendilerine karşı da aynı şekilde davranır ve önce önlerine oldukça büyük hedefler koyarlar. Güçlerinin sınırlılığı nedeniyle veya şartların elverişli olmayışından dolayı hedeflerine ulaşamadıkları takdirde, sınırsız bir hayal kırıklığı yaşarlar.

? Kişilik psikolojisi açısından hangi nedenler söz konusudur?

? Welche persönlichkeitspsychologischen Ursachen gibt es?

Borderline bozukluğu olan insanlar, kişiliklerinin en derin yerinde, yani psikoanalitiğin nesne-ilişki teorisi diliyle söylenecek olursa, „öz“ diye adlandırılan kısımda oldukça hassas ve çabuk kırılabilir durumdadırlar. Günlük konuşma dilinde ifade edilirse, bu tür kişilerin içinde sakin bir kutup eksiktir. Kişiliklerinin istikrarlı bir çekirdeğe ihtiyacı vardır. Borderline kişilikli insanlar kendilerinin sadece kendileri oldukları için sevdiklerine inanamazlar; içlerinde, tüm güçleri ve zaaflarıyla, kendilerine karşı olması gereken temel güven yerine korku ve depresyon vardır. Borderline kişilikli insanlar etraflarına değişik yollarla, aşırı hassas özyüklerini korumak için, bir koruma duvarı örler. Örneğin, dıştan bakıldığında „sakin, iş bitirici tip“ imajı vermeye çalışırlar veya çok değişik şekillerde psikolojik ve psikosomatik rahatsızlıklar „sergilerler“ ve bu yolla çevrenin dikkat ve ilgisini toplamayı amaçlarlar. Diğer insanlar onlar için birer araçtır: Onları güçlü yanları ve zaaflarıyla birlikte, gerçek ve simetrik ilişki tarafı olarak görmezler. Hasta kişinin kafasında, çevrenin görevi önce kendisine sürekli güç vermek ve desteklemektir. Yani herkes herhangi bir şekilde ona bir şey vermelidir. Sağlıklı bir „kendini sevme“ eksikliği, diğerlerinden aşırı ölçüde ilgi, anlayış ve sevgi isteyerek telâfi edilmektedir. Böyle kendi kişiliğine olan sağlıklı bir özgüvenin ve özdeğerin olmayışı narsisist bir eksiklik olarak da tanımlanmaktadır. Bu şekilde kökleri derinlerde olan noksanlığı tatmin için diğer insanların kullanılmasına, uzmanlar „narsisist besleme“ demektedirler. Borderline kişilikli insanlar, diğer insanları

(bilinçsizce) kullanma ve yöneltme çabalarıyla çevrelerinde çoğu kez fikirlerin ve uyuşmazlıkların kutuplaşmasına yol açarlar. İnsanlar arasındaki ilişkileri „iyi“ ve „kötü“ diye ayırma eğilimi taşırlar. Borderline kişilikli insan için bir kişi ya kesinlikle en iyi arkadaştır, sürekli yardıma hazırdır ve sınırsız bir anlayışa sahiptir veya korkunç derecede hayal kırıklığına yol açan, kendisine kesinlikle güvenilmeyen, sahte ve kötü bir insandır.

? Şikayetler nasıldır?

? Wie ist das Beschwerdebild?

Borderline bozukluğu olan insanların şikayetleri çok değişik şekillerde ortaya çıkar. Ruhlarının derinliklerinde hemen hemen çoğunlukla boşluk ve hüznü vardır. Bedensel ve ruhsal durum sekteye uğramış ve dalgalanmalara kapılmıştır. Ortak payda ise, başlangıçta belirttiğimiz gibi istikrarlı olan istikrarsızdır. Durumun iyi olması birdenbire ve çevrenin anlayamadığı bir şekilde kötüye dönüşür. Günlük davranışlar, hızla göze çarpan tuhaf davranışlara dönüşürler. Bu durum sözünü ettiğimiz borderline kişilikli insanların istikrarsızlığından kaynaklanır. Bu tür insanlar, sürekli olarak bedensel ve ruhsal yıkım ile toparlanma arasındaki sınır bölgesinde yaşarlar. Borderline kişilikli insanların davranış ve durumlarında meydana gelen sert değişimler, sadece bu kişilerin kendileri için değil, aynı zamanda çevreleri içinde bir sorun oluşturur. Bu insanlara, ne yapacakları belli olmayan ve güven vermeyen insanlar olarak bakılır. Bazen, çevredekilerin bu yüzden yaşadıkları sorunlar kendilerinden daha büyük olur. Bu nedenle eski zamanlarda, borderline bozukluğu yaşayan insanlar „psikopat“ adlandırılmasıyla olumsuz bir şekilde damgalanırlardı. Bu insanların kendilerini değiştirmek istemedikleri ve durumlarından memnun oldukları iddia edilirdi. Tedavi ile ilgili bölümde bu iddianın genelde yanlış olduğunu göreceğiz.

Dışarıdan görünen ne olursa olsun, borderline bozukluğu olan insanlar çoğunlukla ruhlarının derinliklerinde yatan noksanlarını hissederler. İçlerine işlemiş olan korku, boşluk ve depresyonlar hipokondrik reaksiyonlarla uzaklaştırılmaya çalışılmakta ama çoğunlukla da depresif ruhsal duruma yol açmaktadır. Şiddetli davranış dalgalanmaları, çoğu kez, borderline bozuk-

luğu olan insanı artan bir tecride, bir eş ile yaşama açısından veya meslek alanında başarılı olamamaya götürür. Bu durum çoğunlukla ikincil olarak kendini olumsuz değerlendirmeyi ve depresyon eğilimini güçlendirir. Sırf bir şekilde kendi kendisinin farkına varabilmek için kendisini yaralayan borderline hastaları da vardır. Kimisi de örneğin, aşırı alkol ve uyuşturucu kullanarak kendisine yavaş yavaş zarar verir. Psikolojik istikrarsızlığa olan eğilim, kişinin çevresine karşı gösterdiği kontrolü güç, saldırgan boyutlarda (sinir, öfke, hiddet ve gerginlik şeklinde) sert tepkiler olarak görülür. Bunun yanında, ruhsal boşluğu ve depresif durumu kendi isteği doğrultusunda oluşturduğu aşırı zevkli olaylarla örten borderline sorunlu insanlar da vardır; örneğin, bu zevki şans oyunlarında veya seksüel aşırılıklarda arayan insanlar gibi.

? Hangi tedavi olanakları vardır?

? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

İlgili kişi ve ailesi için önemli olan şey, ilk önce bu durumlarda davranış bozuklukları ve psikolojik sorunlarla ilgili hastalık değerlerinin var olduğunu anlayabilmektir. Bunu yapmak ise oldukça zordur. Çoğu kez bu tür rahatsızlığı olan insanların zor bir kişilikleri olduğu, katlanılması güç bir insan söz konusu olduğu söylenir veya yukarıda söylendiği gibi ilgili kişi bir „psikopat“ olarak tanımlanır. Bu kişinin, eğer isterse başka türlü davranabileceği sanılır. Borderline kişilik çok derin kökleri olan bir sorundur. Bu nedenle de psikoterapik tedavi uzun ve çetindir. Başlangıçta kendisini taşıyabilecek olan bir hekim-hasta ilişkisi kurmak gerekir. Özellikle de bu iş çok zordur, çünkü borderline kişilikte en büyük sorun zaten ilişkilerdeki bozukluktur. Borderline sorunlu hasta, tedavi uzmanı ile olan ilişkisinde sürekli denemelere girer ve ilişkinin sınırlarını zorlar. Hekimin buna dayanması ve mesafe koymak ile yakınlaşmak arasında „altın bir orta yol“ bulması gerekir. Borderline hastasından terapik yönden sorumlu olan kişinin arada bir durup ilişkinin geldiği noktayı yansıtması, hastanın gerçekçi ve gerçekçi olmayan beklentilerini açıklaması ve gerekirse düzeltilmesi gerekir. İnsan, bu durumlarda sürekli olarak, daha önce sözünü ettiğimiz o „ak ve kara“ şemasına takılıp duracaktır. Terapi konuşmalarında gerçeğe yakın imalarda bulunmak, büyük beklentileri ve yıkıcı hayal kırıklıklarını

gerçekçi bir orta noktaya doğru çekmek önemlidir. Aile üyeleri de bu şekilde davranmalıdırlar. Sorun tamamen kabul edilmek veya kesinlikle reddedilmek şeklinde tanımlanmamalıdır. „altın ortayı“ yakalamak gerekir. İlgili kişinin özerkliğini güçlendiren ve onun için ulaşılabilir hedefler içeren her şey desteklenmelidir.

Bazen ruhsal yapıdaki ve davranışlardaki dalgalanmalar öylesine şiddetli olur ki, sıkıntı giderici ve istikrar sağlayıcı ilaçların belli bir süre kullanılması kaçınılmaz olur. Bu ilaçların etkileri belirli ölçülerde olur ve ve sa-

dece semptomatik bir tedavi sağlayabilirler. Çoğunlukla düşük potensili (kuvvetli sakinleştiriciler) nöroleptikler, antidepresanlar ve anksiyolitikler (örnek olarak, buspiron cinsinden) kullanılır. Alışkanlık yapan bir çok sakinleştiriciyi, uyku getirici veya ağrı kesicileri kullanmaktan kaçınmak gerekir. Burada rahatsızlık kişiliğinin en iç kısmından (çekirdeğinden) kaynaklandığından, bu tür hastaların tedavisinde hekimlerin aşırı sabır göstermeleri gerekir.