

INHALT

| | |
|--|----|
| Vorwort | 3 |
| 1. Eine Borderline-Erkrankung erkennen | 5 |
| 2. Zu dem Begriff Borderline | 6 |
| 3. Das Konzept der Persönlichkeitsstörungen | 7 |
| 4. Symptome des Borderline-Syndroms | 8 |
| 5. Wie wird die Diagnose gestellt? | 12 |
| 6. Eine Fallgeschichte | 19 |
| 7. Die Entstehung einer Borderline-Erkrankung | 21 |
| 8. Emotionale Regulationsstörung | 25 |
| 9. Die Stärken von Menschen mit einer Borderline-Erkrankung | 37 |
| 10. Wie können die Angehörigen auf dieses Zustandsbild reagieren? | 38 |
| 11. Der Wunsch nach Veränderung | 40 |
| 12. Die Behandlung des Borderline-Syndroms | 41 |
| 13. Die Dialektisch-behaviorale Therapie (DBT) nach M. Linehan | 42 |
| 14. Ziele der Behandlung | 51 |

| | |
|--|----|
| 15. Hilfe zur Selbsthilfe | 53 |
| 16. Fertigkeitentraining | 62 |
| 17. Einen Krisenzustand bewältigen | 66 |
| 18. Das Problemlösen | 70 |
| 19. Prävention - wie kann ich Rückfällen vorbeugen? | 72 |
| 20. Sich seiner selbst gewahr werden | 75 |
| 21. Die Prognose | 86 |
| 22. Wie finde ich die richtige Behandlung und die richtige TherapeutIn? | 87 |
| 23. Weiterführende Literatur | 93 |
| 24. Stichwortverzeichnis | 94 |