



Wie zeigt sich diese Störung im Alltag?

▶ überflutende Gefühle

▶ starke Stimmungsschwankungen

▶ "harmlose" Auslöser



Die Schwierigkeit, Emotionen zu steuern, steht im Zentrum der Borderline-Störung. Die meisten anderen Probleme hängen damit zusammen. Wie zeigt sich eine Störung der Emotionsregulation im Alltag? Menschen mit einer Borderline-Störung werden oft von Gefühlen überflutet. Die Stimmungen schwanken zwischen großer Angst und Ärger, Depression und schwerer Schuld und können durch Situationen ausgelöst werden, die anderen ganz harmlos erscheinen.