



Die Bio-Soziale Theorie

Was erklärt die Bio-Soziale Theorie?

Die Bio-Soziale Theorie erklärt die Entstehung und die Aufrechterhaltung der Borderline-Störung. In aller Regel spielen zwei Faktoren eine wichtige Rolle:

1. Eine besondere emotionale Sensibilität (Empfindlichkeit im Gefühlsbereich) – dies entspricht dem biologischen Faktor.
2. Sehr belastende, oft abwertende oder traumatisierende Einflüsse durch das soziale Umfeld – dies entspricht dem sozialen Faktor.

Das Zusammenwirken dieser beiden Faktoren führt zur Anfälligkeit für Störungen der Emotionsregulation!

Wie äußert sich eine Störung der Emotionsregulation?

- Menschen mit einer Borderline-Störung reagieren sensibler auf gefühlsmäßige Reize und lassen sich leichter von Gefühlen anstecken.
- Gefühle sind stärker ausgeprägt und werden intensiver erlebt. Gerade unangenehme Emotionen werden also häufig als unerträglich intensiv erlebt.
- Die Emotionen halten länger an, d. h. Menschen mit einer Borderline-Störung brauchen mehr Zeit, um zu einer neutralen emotionalen Ausgangslage zurückzukehren.

Zur Aufrechterhaltung der Borderline-Störung trägt dysfunktionales Verhalten und Erleben wesentlich bei – ein Teufelskreis!

Was ist dysfunktionales Verhalten?

→ Jedes Verhalten, das zwar kurzfristig hilfreich sein kann, aber längerfristig zu neuen Problemen führt.