

Wenn der Körper die verletzte Seele zeigt

Heike Heß bietet in ihrer Praxis für Psychotherapie ambulante Hilfe für Borderline-Patienten an.

Ich arbeite sehr gerne mit Borderline-Patienten“, sagt Heike Heß. Die Therapeutin für Psychotherapie (HPG) hat seit einem Jahr eine eigene Praxis in Ebersbach im Landkreis Ravensburg. Spezialisiert hat sie sich auf Borderline- und Angstpatienten.

Heike Heß hat mehrere Berufe erlernt. „Ich bin Krankenschwester, Erzieherin und Arzthelferin“, berichtet sie. „Als Krankenschwester auf einer Intensivstation hatte ich viel mit beatmeten Patienten zu tun“, sagt sie. Die medizinische Betreuung dieser Menschen sei immer optimal gewesen. Die psychologische Betreuung hingegen komme bei solchen Patienten meist zu kurz.

Heike Heß entschloss sich zu einer berufsbegleitenden Weiterbildung zur Therapeutin für Psychotherapie an der „Klinik am schönen Moos“ in Bad Saulgau.

Nach erfolgreichem Abschluss absolvierte sie – gleichfalls berufsbegleitend – ein Zusatzstudium für „Dialektisch Behaviorale Therapie“ in Freiburg, speziell für Borderline-Patienten.

„Es gibt nur wenige Therapeuten, die ambulant mit Borderline-Patienten arbeiten“, sagt sie. Die Abbruchrate von Borderlinern liege mit bis zu 50 Prozent sehr hoch. „Ich weiß, dass ein Therapieabbruch nicht unbedingt an mir liegen muss“, sagt sie. Die Borderline-Therapie sei eine der härtesten Therapien. Dennoch arbeite sie sehr gerne mit Borderlinern. „Diese Menschen wollen Ehrlichkeit und sind meist sehr lebendig und sensibel.“

Die Diagnose „Borderline“ ist laut Heike Heß als eine der schwierigsten zu stellen, da die Diagnose einerseits für die Betroffenen endlich Klarheit bringt, andererseits in der Gesellschaft auch zu Stigmatisierungen führen kann. Hier sei der

Therapeut gefordert, sehr verantwortungsbewusst mit der Diagnosestellung umzugehen.

Es gebe neun Diagnosepunkte, von denen fünf erfüllt sein sollten. Das verzweifelte Bemühen, nicht allein zu sein, gehöre genau so dazu wie das immer wiederkehrende Muster von instabilen Beziehungen. „Borderliner suchen Liebe, haben aber Angst vor der Nähe“, weiß die Therapeutin. Ein gestörtes Selbstbild („ich bin nichts wert und an allem selbst schuld“), Stimmungswechsel, Selbstmorddrohungen, ein chronisches Gefühl der Leere, fehlende Selbstkontrolle und Dissoziation (ein Herausgehen aus dem eigenen Körper) seien Anzeichen.

In Stresssituationen, so Heike Heß, suchten diese Menschen „alles, was selbstzerstörerisch ist“: Nikotin, Drogen, Sex statt Liebe, völlig überzogene oder zu geringe Nahrungsaufnahme (Fressanfälle, Magersucht), Aggressionen gegen den eigenen Körper (Schneiden, Brennen mit einer Zigarette).

„Die Borderliner sind oft dankbar, wenn sie eine klare Diagnose erhalten“, berichtet die Psychotherapeutin. „Jetzt weiß ich endlich, was mit mir los ist“, sei eine häufige Reaktion. Heike Heß legt Wert darauf, dass vieles aus ihrer Therapie von den Patienten zu Hause umgesetzt werden kann und für deren Partner oder Familie transparent ist. „Für mich ist zuerst die Stabilisierung wichtig. Der Patient entscheidet dann selbst, wann und ob er über sein Trauma sprechen möchte.“

Eine generelle Retraumatisierung lehnt sie ab. Einmal pro Woche kommen Borderline-Patienten zu ihr, in Krisenzeiten zwei- bis dreimal. Die Therapie wird individuell auf die betreffende Person abgestimmt. „Borderliner kommen erst, wenn der Leidensdruck für sie zu groß wird.“ Eine Kassenzulassung hat Heike Heß nicht. Die Patienten müssen die Therapie in der Regel selbst bezahlen. In Einzelfällen übernehmen manche Kassen die Kosten ganz oder anteilig.

BARBARA MÜLLER



Heike Heß, Therapeutin für Psychotherapie, hat sich auf Borderline- und Angst-Patienten spezialisiert. Bild: Müller

INFOS

Literaturtipps von Heike Heß:
Jerold J. Kreisman, Hal Straus: „Ich hasse dich, verlass mich nicht – Die Schwarzwälder Welt der Borderline-Persönlichkeit, Kösel Verlag 2004.
Andreas Knef und Christian Tilly, „Borderline zur Selbsthilfe“, Psychiatrie-Verlag 2005.

Kontakt:

Heike Heß

Therapeutin für Psychotherapie (HPG)

Aulendorfer Str. 6 - 88371 Ebersbach

Telefon (0 75 84) 40 20 60

Fax (0 75 84) 923 843

eMail: info@psychotherapie-hess.de

Internet: www.psychotherapie-hess.de

Quelle:

"SÜDKURIER Gesundheit"

Heft Nr. 10 Oktober 2006

Redakteurin: Barbara Müller