

Il Disturbo Borderline di Personalità

Articolo a cura di Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta:

Come tutti i Disturbi di Personalità anche questo è “**pervasivo**” ed “**egosintonico**”: pervasivo perchè i tratti di personalità disfunzionali che lo caratterizzano si manifestano in ogni aspetto della vita del soggetto: gli affetti, il lavoro, la vita sociale, etc. Egosintonico perchè la persona interessata da questo disturbo non sente di avere un problema, non ne soffre e non cerca aiuto. Se lo fa è più probabile che sia per i disturbi associati al disturbo di personalità: cioè per problemi di depressione, abuso di sostanze, disturbi alimentari, comportamenti compulsivi, autolesivi, aggressività incontrollabile, disturbi d'ansia di vario tipo, etc.

Il Disturbo di Personalità Borderline è solo uno tra i tanti Disturbi di Personalità che oggi conosciamo e trattiamo in psicoterapia, ma per le sue caratteristiche di “*drammaticità*” e “*caoticità*” è stato il più studiato e sicuramente il più rappresentato nel cinema. Esso si caratterizza per:

- 1) **La labilità affettiva:** Le persone borderline possono oscillare rapidamente di umore passando in breve tempo, ad esempio, dalla serenità alla cupa tristezza, dalla rabbia feroce al senso di colpa lacerante. A volte emozioni differenti sono presenti nello stesso momento, tanto da creare caos nel soggetto e nelle persone a lui vicine.
- 2) **La difficoltà di mentalizzazione:** ovvero un'incapacità “a pensare” le emozioni e dunque a regolarle e a contenerle. Ciò li porta ad essere “impulsivi” e ad agire sia le emozioni che le pulsioni del momento con conseguenze molto pericolose: scoppi improvvisi di violenza, abbuffate di cibo, abuso di sostanze, guida spericolata, sessualità promiscua, condotte antisociali, autolesionismo, tentativi di suicidio, ecc.
- 3) **Le forti angosce d'abbandono:** i pazienti borderline hanno sviluppato nel corso della propria storia un concetto di sé in quanto esseri indegni d'amore, “cattivi”, “difettosi” e si aspettano (quindi) che, quando gli altri “si saranno accorti” di questa loro indegnità, li abbandoneranno. Ai loro occhi ogni pur minimo allontanamento è un potenziale pericolo. Per questo motivo cercano di evitare

con tutte le forze l'abbandono e lo fanno adottando comportamenti drammatici ed estremi, come per esempio minacciare di suicidarsi.

- 4) **Le relazioni caotiche:** essi sono “instabili nella stabilità e stabili nella stabilità”. Ciò vuol dire che non riescono a stare bene in una relazione “serena”: ad un certo punto devono introdurre una crisi (ad esempio la rabbia ed il cercare un litigio a tutti i costi). Poi si sentono in colpa e spaventati dal possibile abbandono per ciò che hanno fatto e cercano disperatamente di ricostruire il rapporto e poi di nuovo lo rompono etc. in un ciclo senza fine e sempre uguale.
- 5) **Un senso di identità instabile:** hanno spesso la percezione di essere “diversi”, di essere quasi un'altra persona a seconda della situazione e del contesto (stessa cosa pensano di loro le persone che gli sono vicino). Sono note le loro tendenze ad imitare e “prendere a prestito” la personalità altrui. Poiché non riescono ad avere una piena consapevolezza delle proprie emozioni (a mentalizzarle, come dicevo) trovano difficile dire cosa gli piace, di cosa hanno paura, cosa li fa vergognare, etc. e dunque trovano difficile capire anche “chi sono”. Da cui anche il senso cronico di vuoto che spesso lamentano e che contrastano, ancora una volta, agendo, per esempio tagliandosi o compiendo azioni impulsive.
- 6) **Le risposte dissociative.** In momenti di forte stress “staccano la spina” e possono “assentarsi mentalmente” o manifestare sintomi dissociativi, come i gesti automutilanti e impulsivi, che rappresentano un tentativo di “regolare” emozioni troppo intense che non sanno gestire altrimenti (non sanno cioè “tenere nella mente”).
- 7) **Un senso cronico di vuoto:** lamentano di sentirsi “vuoti”. A differenza della noia si tratta di uno stato mentale di “anestesia” e di distacco dalla realtà.