

Kitty van der Heijden: 'Borderline Belevissen' Ervaringen van mensen met borderline en hun naasten. Uitgeverij Hogrefe, Amsterdam 2011. ISBN 9789079729418 (Borderline/ AG/1) Zie ook: [www.hogrefe.nl](http://www.hogrefe.nl)

**Soort boek/ Ziekte/ Stijl:** Kitty van der Heijden sprak met mensen die een borderline persoonlijkheidsstoornis hebben, hun naastbetrokkenen en ook hulpverleners. Ze vertellen over hun ervaringen, het effect op het dagelijkse ( gezins) leven, relaties, emoties en gevoelens. Kitty van der Heijden heeft fragmenten geselecteerd uit de interviews en ze thematisch samengevoegd. Naast de thematisch aanpak met stukken uit interviews zijn drie verhalen opgenomen van een vrouw met borderline, een moeder van twee dochters met borderline en een ex-partner van een vrouw met borderline. De hulpverleners geven toelichting op de borderline stoornis, vertellen over de diagnose borderline en mogelijke therapeutische aanpakken. Een informatief boek.

**Over de schrijfster:** Kitty van der Heijden studeerde psychologie en communicatiewetenschap aan de Universiteit van Amsterdam en werkt als freelance arbeids- en organisatiepsycholoog. Samen met uitgeverij Hogrefe werkt ze aan een serie boeken met ervaringsverhalen van mensen met een psychische stoornis. Eind 2011 hoopt ze een tweede boek met ervaringsverhalen over trauma te publiceren. Zie ook [www.kittyvanderheijden.nl](http://www.kittyvanderheijden.nl)

**Korte beschrijving:** In een inleidend hoofdstuk wordt toegelicht wat borderline inhoudt. Waar mensen met borderline last van hebben en moeite mee hebben, wat dat voor gevolgen kan hebben, en hoeveel mensen er in Nederland last van hebben. Ook wordt beschreven wat dat voor de familie en omgeving kan betekenen en hoe ervaringen delen kan helpen om je staande te houden.

Omdat de schrijfster met het boek zoveel mogelijk inzicht wil geven op borderline-ervaringen gaat ze uit van drie perspectieven: die van degene met borderline, die van de naast betrokkenen en van de professional. In hoofdstuk 2 worden de hoofdrolspelers van het boek geïntroduceerd. In 6 hoofdstukken wordt ingegaan op diverse thema's rondom borderline. De thema's worden steeds ingeleid, waarna citaten van de ervaringsdeskundigen de thema's toelichten. Zo wordt beschreven waarom voor mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis het leven een emotionele achtbaan is. Snelle stemmingswisselingen en woedeaanvallen, verdriet en zelfmoordgedachten komen onder andere aan bod, evenals verlatingsangst, gevolgen van te snelle beslissingen, het gevoel de controle over je leven kwijt te zijn. Besproken wordt hoe dat allemaal ervaren wordt door de diverse ervaringsdeskundigen, hoe ze ermee omgaan, wat het met je doet en wat ze eraan kunnen doen. Ook ervaringen van de omgeving die ermee te maken heeft, bijvoorbeeld met onvoorspelbaar explosief gedrag worden toegelicht. Verder staan in 3 hoofdstukken portretten beschreven van: Renske, een vrouw met borderline, Iris, een moeder van twee dochter met borderline en Richard, een ex-partner van een vrouw met borderline. De professionals geven tenslotte toelichting op de stoornis, beschrijven behandelingsmogelijkheden en er worden tips gegeven om er zo goed mogelijk mee om te kunnen gaan.

**Wat viel op:** De vele verschillende perspectieven die in het boek aan bod komen en. Ook de thematische ordening met ervaringen die een en ander toelichten zijn erg informatief. Een goed leesbaar boek.

**Citaten:** Pag.14: Geïnterviewden met borderline 'Roos, Renske en Christina vertellen openhartig over hoe hun leven met borderline eruitziet. Bij Renske en Christina zijn de symptomen na intensieve behandeling verminderd tot borderline trekken'. Dit betekent dat ze nu op een effectievere manier met spanning omgaan en meer controle hebben over hun leven. Roos is nog volop bezig met borderline-therapie.'

Pag. 31: 'Verlatingsangst Roos: 'Verlating speelt een heel grote rol in mijn leven. Verlaten en verlaten worden zijn de twee dingen waar mijn hele leven om lijkt te draaien. Ik probeer op twee manieren te voorkomen dat iemand mij verlaat: ik kies ervoor diegene zelf te verlaten, zodat het voor mij lijkt alsof ik er zelf controle over had. Dan kan ik de pijn wel aan. Of ik ga, bewust of onbewust, een spelletje spelen van aantrekken en afstoten.'

Pag. 62: Wisselend succes van therapie Roos (...) 'Een overdosis neem ik ook niet meer zo snel. De laatste keer was een half jaar geleden. Er was eigenlijk geen echte reden, het idee kwam gewoon ineens in me op en voor ik het wist had ik pillen ingenomen. Dan heb ik al snel spijt en vraag ik hulp.'

Pag.90: Opgroeien met borderline Linda Hartevelt: 'Bij kinderen met een ouder met borderline zie je dat het kind zich gaat aanpassen en vooral leert letten op de stemming van moeder. Het kind vergeet naar de eigen verlangens en behoeften te kijken.'

Pag. 115: 'Stel niet te hoge eisen (...) Leo : 'In het begin van mijn huwelijk heb ik te hoge eisen gesteld aan mijn vrouw. Het ging om dingen die voor mij heel normaal zijn, de basishandelingen om normaal te kunnen functioneren, maar voor haar waren die dingen helemaal niet vanzelfsprekend. Je huis opruimen, boodschappen doen, persoonlijke verzorging, met geld omgaan- alles moest ze leren.' (...)  
Marjolein: 'In het hoofd van mijn moeder is het een chaos. Ze is altijd alles kwijt, lijkt vaak afwezig en is heel erg op zichzelf gefixeerd.'

**Extra/Recensies:** (Bol.com) : Eline vd W: 'Doordat zowel mensen met borderline, als hun naasten en behandelaars aan het woord komen krijg je een compleet beeld van hoe het leven als en met een borderline patiënt is. Duidelijk en prettig geschreven.'

Psychologie Magazine Inge Schilperoord: 'Automutilatie, stemmingswisselingen, zelfmoordneigingen: de borderline persoonlijkheidsstoornis is haast even pijnlijk voor de patiënt als voor haar omgeving. Haar? Niet helemaal: ook mannen lijden er aan. Maar doordat zij hun wanhoop eerder op de omgeving afreageren, bijvoorbeeld door extreem hard te rijden, worden ze vaak ten onrechte als antisociaal gediagnosticeerd, zegt van der Heijden. Desondanks komen in Borderline belevenissen geen mannen aan het woord. Dat is jammer. De persoonlijke ervaringen zijn van patiënten, hun partners, kinderen en behandelaars. Door deze verschillende visies is het boek wel afwisselend. En de verhalen, zowel over persoonlijke worstelingen met wanhoop en suïcidaliteit, als over de hoopvolle werking van medicijnen en psychotherapie, zijn goed leesbaar en soms aangrijpend.'