

Efectul sirenei: mit și adevăr despre femeia borderline

Oana Maria Popescu

Tulburarea de personalitate borderline: simptome și semne

- teamă intensă de abandon, separare sau respingere
- oscilație rapidă între credința că celălalt este perfect sau malefic
- comportamente riscante, incluzând sexul neprotejat, jocuri de noroc, uz de droguri
- amenințări cu suicidul sau auto-lezarea
- dificultăți de empatizare cu ceilalți
- oscilații ale dispoziției, de la euforie la rușine intensă și auto-critică
- impulsivitate și crize de furie

Atunci când te îndrăgostești de o femeie care are trăsături borderline, experiența va fi total diferită de orice altă relație pe care ai avut-o până atunci. Oamenii se îndrăgostesc datorită anumitor comportamente și tipare pe care le regăsesc în celălalt: simplul fapt că ne uităm mult unul în ochii altuia poate declanșa atracția romantică. Iar dacă împărtășești cu partenera gânduri, credințe sau emoții profunde, vei fi în mod natural atras de ea.

Dacă ai o relație cu o femeie borderline vei constata că poți comunica numai din priviri, fără să fie nevoie de cuvinte. Nu e nevoie să vă spuneți nimic și totuși vă înțelegeți unul pe altul. Ea știe de multe ori ce gândești și la rândul tău te surprinzi că știi ce gândește ea, ea spune ceea ce voiai tu să spui și tu spui ceea ce gândea ea. Mai mult, probabil îi povestești acestei femei lucruri pe care nu le-ai mai spus niciodată nimănui și asta pentru că ea este foarte sinceră cu emoțiile ei și te încurajează să vorbești despre orice. Însă ceea ce te atrage cel mai mult la ea este faptul că te face să te simți extraordinar în ce privește propria persoană, sau în orice caz nu te-ai mai simțit atât de valorizat în vreo relație până acum. Femeia borderline te încurajează, este bună cu tine, te sprijină să faci lucruri care alte femei nu credeau că le poți face. Alături de iubita ta borderline poți să faci orice și ai energie să te ocupi de tot ceea ce dorești. Nivelul de dragoste, idealizare și bunătate pe care îl arată ea nu l-ai mai întâlnit până acum. Dar cum poate ea să facă acest lucru?

De fapt, felul de dragoste pe care îl oferă femeia borderline este posibil în mod normal doar după ce în relație există o completă încredere. Numai că ea oferă mult mai repede, pentru că își suspendă temporar toate fricile și începe să creadă că are 100% încredere în tine. Suspendându-și propriile frici, te determină și pe tine să ai încredere 100% în ea. Ca urmare, vei avea senzația că este relația perfectă.

Al doilea aspect care poate influența profund intensitatea și rapiditatea cu care ajungi să iubești o femeie borderline este acela că ea arată exact ce gândește și simte privitor la tine. Oamenii au în mod obișnuit un zid de apărare în prezența altora, zid care este necesar pentru auto-protecție. Vorbim de fapt despre niște granițe sănătoase care ne ajută să ne păstrăm integritatea emoțională, până când avem siguranța că celălalt ne poate accepta fără să ne judece. Așa că într-o relație romantică de durată trebuie să dezvoltăm nivelul de încredere care să ne permită să lăsăm garda jos. Dar femeia borderline va renunța repede la granițele sale și va arăta partenerului latura ei vulnerabilă. Nu este o mișcare conștientă din partea ei, ci mai degrabă o reacție care vine din panica că o vei părăsi. În mintea ei ești persoana care nu are cum să o rănească dacă este vulnerabilă. Și pentru că ești obișnuit să interacționezi doar cu oameni care nu te lasă să accesezi lumea lor interioară, atunci când întâlnești pe cineva care nu are defense, este ca și cum întâlnești o fetiță mică sau un pui de animal neajutorat. Nu te poți abține să nu dorești

să o protejezi și să o îngrijești. În plus, te simți liber să renunți la propriile tale ziduri de apărare, iar acest grad de deschidere în relație cu cineva declanșează sentimente romantice intense.

Pe de altă parte, femeia borderline are unele trăsături care seamănă cu cele masculine: se simte confortabil privitor la propria sexualitate, este deschisă, cu simțul umorului, nu se supără dacă glumești pe seama ei - și te simți lângă ea ca lângă cel mai bun prieten. Și nu în ultimul rând, îți spune că nu dorește o relație serioasă.

Până aici pare relația perfectă. Numai că odată ce ești cu totul al ei, femeia borderline nu te mai dorește și fie încep crizele emoționale, fie te părăsește pur și simplu. O pisică urmărește șoarecele până îl prinde. Dacă șoarecele se prefacă că este mort, pisica îl lasă în pace, dar dacă șoarecele continuă să se zbată, pisica îl ține tot mai strâns în gheare, ca și cum ar fi jucăria ei preferată. Este exact lucrul care se întâmplă în relația cu o femeie borderline. Dacă ești cu adevărat disponibil, nu mai este intrigată sau interesată de tine. Problema este însă că despărțirea de partenera ta borderline nu este similară despărțirii de alte parteneri și cel mai probabil va lăsa în urmă o leziune serioasă din cauză că pe de o parte oferă foarte mult în relație și crează "dragostea perfectă", iar pe de altă parte nu înțelegi de ce a plecat sau de ce relația se deteriorează pe zi ce trece.

De fapt, pentru femeia borderline dragostea înseamnă suferință. Fiind rănită profund de părinții săi abuzivi sau neglijenți, învață că suferința pe care o simte este dragoste, astfel că emoțiile devin distorsionate. Iubindu-și părinții, care sunt sursa durerii emoționale, învață că dragostea vine la pachet cu tristețea, așa că mai târziu în cursul vieții orice relație de dragoste sau prietenie pe care o are o femeie borderline trebuie să aducă cu sine un grad mare de suferință. Dorința de afecțiune a unei femei borderline este intensă, dramatică și încărcată de suferință. Atunci când a fost copil nu a primit afecțiune din partea părinților, astfel că simte că nu poate fi iubită și trebuie să "cumpere" dragostea - același lucru îl face de altfel și cu persoanele de la care își dorește afecțiune în prezent: le cumpără cadouri, este prezentă oricând i se cere, face orice pentru persoana în cauză. Doar că atunci când te apropii cu adevărat de o femeie borderline, ea va fugi. Supraviețuirea ei depinde de acest aspect - a învățat atunci când era copil că dacă iubește cu adevărat atunci va urma o durere coplesitoare. Astfel că atunci când ești cu adevărat disponibil pentru o relație de iubire, va pleca. Femeia borderline dorește afecțiunea intensă, dar când o obține nu o poate tolera. Dragostea și suferința sunt legate una de alta și dacă nu doare, atunci nu e dragoste. Problema principală este că femeia borderline nu știe cum să aibă încredere într-o persoană care îi oferă afecțiune pe termen lung. Se simte abandonată de partener, dar cei care au abandonat-o de fapt au fost părinții, care au făcut-o într-un mod inegalabil. Femeia borderline nu a reușit să formeze o relație de atașament cu mama în primele luni de viață și ca urmare este convinsă că acest lucru e din vina ei. Ca urmare se va angaja în relații care în cele din urmă vor declanșa suferință, atât pentru ea, cât și pentru partener.

Și totuși, nu vrei să te părăsească, deci ce poți face? Nu discuta cu ea aspecte importante atunci când se află în "criză" emoțională și nu o încuraja să facă progrese sau să aibă încredere în afecțiunea ta în astfel de momente, pentru că se va auto-sabota. Orice lucru minor poate deveni catastrofic pentru ea și va pierde capacitatea de a discuta logic cu tine. Așa că este preferabil să îți ceri scuze, să îi dai dreptate (chiar dacă nu are) și apoi discută cu ea după ce criza a trecut. Dacă simte că este auzită, criza va trece repede. Dacă nu, atunci poate escalada până la auto-mutilare sau suicid, din cauza faptului că nu își mai poate exprima gândurile la nivel verbal. În afara crizei emoționale însă, poți discuta diverse aspecte legate de relația voastră și dacă pui limite ferme în timp ce continui să oferi afecțiune, relația poate avea o șansă.

Vestea bună este că în urma tratamentului persoanele cu forme mai puțin severe de borderline pot deveni complet funcționale. Recuperarea nu înseamnă eliminarea completă a simptomelor (de altfel unele din ele pot fi benefice în relație - intensitatea dragostei, bunătatea, încurajările, deschiderea emoțională, comunicarea afectivă), dar se poate reduce mult frecvența crizelor emoționale și reactivitatea. Pot apare recăderi, dar crizele vor fi tot mai scurte și se vor putea rezolva rapid. Și probabil cel mai important, ea va învăța că poate rămâne într-o relație, fără să fie nevoie de suferință constantă.