

# Persönlichkeitsstörung Teil 9: Abhängige (asthenische) Persönlichkeitsstörung

Betroffene einer asthenischen Persönlichkeitsstörung verlassen sich sowohl bei kleineren als auch bei größeren Lebensentscheidungen passiv auf andere Menschen. Die Störung ist ferner durch große Trennungsangst, Gefühle von Hilfslosigkeit und Inkompetenz, durch eine Neigung, sich den Wünschen älterer und anderer unterzuordnen sowie durch ein Versagen gegenüber den Anforderungen des täglichen Lebens gekennzeichnet. Die Kraftlosigkeit kann sich im intellektuellen emotionalen Bereich zeigen; bei Schwierigkeiten besteht die Tendenz, die Verantwortung anderen zuzuschieben.

## Auf einen Blick:

1. Seite: [Überblick](#)
2. Seite: [Diagnosekriterien](#)
3. Seite: [Ätiologie](#)
4. Seite: [Therapie](#)
5. Seite: [Zusammenfassung](#)

## Seite 1 - Überblick abhängige Persönlichkeitsstörung

Die abhängige, auch asthenische, dependente, inadäquate, passive oder selbstschädigende Persönlichkeitsstörung zeichnet sich durch geringes Selbstbewusstsein, depressive Grundstimmung, mangelndes Durchsetzungsvermögen, fehlende Eigeninitiative und Entscheidungsbereitschaft aus. Betroffene fühlen sich schwach, hilflos, inkompetent und unnützlich. Sie stehen dem Leben eher passiv entgegen – lassen häufig ihre Mitmenschen für sich entscheiden und äußern, aus Angst verlassen zu werden, selten ihre Meinung. Sie erscheinen unterwürfig und anhänglich, wollen versorgt werden und haben Angst davor alleine gelassen zu werden und für sich selbst sorgen zu müssen. Dadurch stellen sie eigene Bedürfnisse zurück, um nicht die Beziehung zu den Menschen zu gefährden, von denen sie abhängig sind. Für diese Beziehungen können, diese sonst eher als passiv geltenden Personen sehr aktiv und handlungsbereit werden. Endet eine enge Beziehung, suchen sie dringend nach einer neuen, die die alte ersetzen kann. Grundsätzlich wird diese Art der Persönlichkeitsstörung in zwei verschiedene Interaktionsmuster untergliedert. Es gibt sowohl die aktiv-dependente, als auch die passiv-dependente Form. Erstere ist charakterisiert durch Lebhaftigkeit, soziale Anpassbarkeit, Charme und dramatischer Gefühlsbetonung, hingegen letztere sich durch Unterwürfigkeit, Zärtlichkeitsbedürfnis und geringe Anpassung auszeichnet. Die Prävalenz für diese Persönlichkeitsstörung innerhalb der Gesellschaft liegt bei etwa eineinhalb Prozent. In Indien und Japan ist die Prävalenzrate höher. Dies könnte an den gesellschaftlichen Strukturen liegen, die insbesondere in diesen Ländern unterwürfiges Verhalten fördern. Die Störung tritt häufiger bei Frauen auf, als bei Männern, was teilweise auf geschlechterspezifische Sozialisierungserfahrungen in der Kindheit zurückführbar ist. Häufig besteht eine Komorbidität mit der Borderline-, schizoiden, histrionischen, schizotypischen und der ängstlichen Persönlichkeitsstörungen. Auch mit bipolaren Störungen, Depressionen, Angststörungen und Bulimie, tritt die abhängige Persönlichkeitsstörung komorbid auf.

## Auf einen Blick:

1. Seite: [Überblick](#)
2. Seite: [Diagnosekriterien](#)
3. Seite: [Ätiologie](#)
4. Seite: [Therapie](#)
5. Seite: [Zusammenfassung](#)

## Seite 2 - Diagnosekriterien

Die allgemeinen Kriterien für eine Persönlichkeitsstörung (F60) müssen erfüllt sein. Mindestens vier der folgenden Eigenschaften oder Verhaltensweisen müssen vorliegen:

- Bei den meisten Lebensentscheidungen wird an die Hilfe anderer appelliert oder die Entscheidung wird anderen überlassen

- Unterordnung eigener Bedürfnisse unter die anderer Personen, zu denen eine Abhängigkeit besteht, und unverhältnismäßige Nachgiebigkeit gegenüber den Wünschen anderer
- Mangelnde Bereitschaft zur Äußerung angemessener Ansprüche gegenüber Personen, zu denen eine Abhängigkeit besteht
- Unbehagliches Gefühl beim Alleinsein aus übertriebener Angst, nicht für sich allein sorgen zu können
- Häufige Angst von einer Person verlassen zu werden, zu der eine enge Beziehung besteht und auf sich selbst angewiesen zu sein
- Eingeschränkte Fähigkeit, Alltagsentscheidungen zu treffen ohne ein hohes Maß an Ratschlägen und Bestätigung von anderen

Zusätzlich können sich die Betroffenen selbst hilflos, inkompetent und nicht leistungsfähig fühlen.

#### **Auf einen Blick:**

1. Seite: [Überblick](#)
2. Seite: [Diagnosekriterien](#)
3. Seite: [Ätiologie](#)
4. Seite: [Therapie](#)
5. Seite: [Zusammenfassung](#)

### **Seite 3 - Ätiologie**

Es wird angenommen, dass diese Störung durch ein Zusammenspiel von biologischen, psychischen und umweltbezogenen Faktoren entsteht. Die verschiedenen therapeutischen Ansätze bieten unterschiedliche Ursachen zur Entstehung dieser Persönlichkeitsstörung. Die psychoanalytische Theorie geht davon aus, dass die Störung durch Faktoren in der frühen Kindheit entsteht. Die Eltern der Betroffenen sollen dabei entweder sehr behütend und liebevoll oder aber behütend und autoritär gewesen sein. Dadurch könnten sie Unsicherheitsgefühle und Trennungängste beim Kind verstärkt und so ein abhängiges Verhalten gefördert haben. Aus der Sicht der kognitiven Verhaltenstherapeuten könnte es sein, dass die Eltern unabhängiges, selbstständiges Verhalten und die Abnabelung ihrer Kinder verhindern wollen. Durch diese unbewusste Intention wird dann abhängiges Verhalten belohnt und unabhängiges Handeln bestraft. Außerdem könnten die Betroffenen das Verhalten auch von ihren Eltern übernommen haben (Modelllernen nach Bandura). Infolgedessen entwickeln sie nur wenig Selbstvertrauen und dadurch auch das Gefühl selbstständig Entscheidungen treffen, Verantwortung übernehmen und eigenständige Handlungen ausführen zu können oder zu wollen. Zudem haben die Betroffenen aus Sicht der kognitiven Theorie ungünstige Überzeugungen, sodass sie nach ihrem Glauben stets auf andere angewiesen sind, die ihnen Schutz und Unterstützung geben können.

#### **Auf einen Blick:**

1. Seite: [Überblick](#)
2. Seite: [Diagnosekriterien](#)
3. Seite: [Ätiologie](#)
4. Seite: [Therapie](#)
5. Seite: [Zusammenfassung](#)

### **Seite 4 - Therapie**

Betroffene suchen häufig in dem Moment ein psychologisches Therapieangebot auf, wenn sie eine wichtige Bezugsperson verloren haben. Sie fühlen sich dann oft völlig hilflos und wissen nicht, wie sie mit den Anforderungen und Entscheidungen, die von ihnen verlangt werden, umgehen sollen. Im Vergleich zu anderen Persönlichkeitsstörungen ist eine Therapie in diesem Fall oft erfolgreich. Wichtige Aspekte der Therapie sind, die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung der Patienten zu fördern, ihre Kompetenzen im Umgang mit alltäglichen Aufgaben und Entscheidungen zu verbessern und ihre sozialen Fähigkeiten zu erhöhen. Dabei werden häufig ähnliche Methoden verwendet wie bei der ängstlichen Persönlichkeitsstörung.

Passivität stellt jedoch ein problematisches Verhalten für den Therapieerfolg dar, weil die gesamte Verantwortung für eine Veränderung dem Therapeuten überlassen wird. Deshalb ist ein wichtiges Ziel der Therapie, die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung des Betroffenen zu fördern. Hier ist es häufig sinnvoll, die Patienten behutsam über ihr abhängiges Verhalten und die dadurch entstehenden Probleme aufzuklären, um anschließend Veränderungen hin zu mehr Autonomie einzuleiten. Oft kommt es vor, dass nahe Bezugspersonen, wie der Ehepartner, die Eltern oder Geschwister das abhängige Verhalten unbewusst aufrechterhalten und verstärken. Aus diesem Grund ist es wichtig, die Bezugspersonen in die Therapie mit einzubeziehen. Hier eignen sich in einigen Fällen auch systemische Familientherapien. In manchen Fällen werden unterstützend zur Psychotherapie

Antidepressiva verordnet, insbesondere, wenn die Betroffenen gleichzeitig an einer Depression leiden. Durch Medikamente allein lassen sich meist aber keine langfristigen Verbesserungen feststellen.

#### **Auf einen Blick:**

1. Seite: [Überblick](#)
2. Seite: [Diagnosekriterien](#)
3. Seite: [Ätiologie](#)
4. Seite: [Therapie](#)
5. Seite: [Zusammenfassung](#)

### **Seite 5 - Zusammenfassung**

Die abhängige Persönlichkeitsstörung umfasst einige unterwürfige und passive Eigenschaften, die sowohl aktiv-dependent als auch passiv-dependent sein können. Durch die geminderte Entscheidungs- und Handlungsinitiative, sind sie immer auf andere Personen angewiesen und empfinden dies wenig störend. Im Gegenteil, sie finden es eher dann als störend, wenn diese Bezugspersonen wegbrechen und sie plötzlich alleine mit den Entscheidungen und Handlungen konfrontiert sind. Dadurch, dass sie sehr anhänglich und trennungsängstlich sind sowie häufig die Meinung ihrer Bezugspersonen annehmen, reagieren diese Bezugspersonen teilweise auch genervt auf das Verhalten der Betroffenen. Dies verstärkt jedoch das abhängige Verhalten, da sie Angst bekommen die Bezugsperson verlieren zu können und dadurch noch mehr klammern, versuchen den anderen bei sich zu halten. Dadurch wird dieses Verhalten unbewusst aufrechterhalten. Diese Zusammenhänge zu analysieren, dessen Auswirkungen zu begreifen und damit ein freies Handeln und Entscheiden zu erlernen stellt den Kernpunkt der therapeutischen Intervention dar.