Истерики при пограничном расстройстве личности

Умение справляться с истериками – важная часть формирования эмоциональной стабильности

КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- В состоянии одиночества пограничная личность отчаянно нуждается в социальных связях и поддержке, при этом идеализирует потенциальных партнеров и друзей.
- Как только начинаются долгожданные отношения, запускается цикл разочарования, гнева и избегания.
- Пациент с пограничным расстройством личности отказывается принимать помощь, а вмешательство терапевта вызывает у него приступы ярости.

Джеймс Мастерсон (James Masterson) много писал о пограничном расстройстве. Он считает, что матери пациентов с пограничным расстройством личности (ПРЛ) были глубоко привязаны к своим детям и чутко реагировали на них в младенчестве, но препятствовали индивидуации, которая происходит в период между 18 месяцами и 3 годами. В результате такого воспитания близость успокаивает ненадолго, и вскоре возникает ощущение поглощенности и контроля. В состоянии одиночества пограничная личность отчаянно нуждается в ощущении связи и поддержке, при этом идеализирует потенциальных партнеров или друзей. Но как только долгожданные отношения начинаются, запускается механизм разочарования, гнева и появляется желание избегать партнера.

Люди с ПРЛ приходят на терапию с конкретными жалобами, такими как панические атаки или депрессия. Когда они не находятся в регрессивном состоянии, то выглядят высокофункциональными и вызывают сочувствие у терапевта. Однако, когда терапевт дает интерпретацию беседы, то пограничная личность, как правило, воспринимает это как нападение. Терапевт может попытаться создать альянс с наблюдающим "Я" пациента, но в подобном состоянии у пограничного пациента оно попросту отсутствует. Пациент с ПРЛ отказывается принимать помощь, а вмешательство терапевта провоцирует истерику. Вспышки гнева и фрустрации затрудняют как терапию, так и повседневную жизнь. Пограничные личности то быстро влюбляются, то также быстро выходят из состояния влюбленности, потому что идеализация трансформируется в презрение. Отношения с ними похожи на американские горки. Им трудно сохранять стабильные отношения не только с романтическим партнером, но и при выборе карьеры и друзей. Также тяжело приходится их партнерам и друзьям: жить с человеком, который в один день воспринимает вас одним образом, а на следующий день – совершенно по-другому. Такие резкие перепады состояний затрудняют терапию пациентов с ПРЛ.

Моей пациентке Даниэль 26 лет, и она юрист. История Даниэль подходит под описание Мастерсона. Когда она была совсем маленькой, ее мать пыталась создать для нее идеальные условия, чтобы защитить от фрустрации и разочарования. При этом она препятствовала развитию механизмов, позволяющих справляться с проблемами и успокаивать себя самостоятельно (саморегуляции). Позже, когда Даниэль подросла, то стала применять стратегию избегания всякий раз, когда была расстроена или испытывала разочарование. Уходя в свою комнату во время приема пищи и семейных праздников, Даниэль все более изолировалась от семьи, при этом родители не вмешивались.

Даниэль обратилась за помощью, так как страдала от затяжной депрессии. Потребовались годы терапии, чтобы выяснить, что ее депрессия была результатом десятилетий истерик. Она не бьется головой о стену и не бросается вещами, но при этом либо отступает, либо впадает в ярость. Даниэль закатывает истерику каждый раз, когда расстроена или разочарована. Она принимает разные формы в зависимости от уровня близости с человеком. При общении с незнакомыми людьми истерика Даниэль иногда выливается в физическую конфронтацию и крики. Например, если ее подрезает другая машина, она кричит или показывает неприличные жесты. Позже, когда приходит в себя, то ужасается потере контроля и своему рискованному поведению.

Если речь идет о друге или коллеге, Даниэль не проявляет гнев, а отрицает его и отступает. Она говорит себе: «Мне все равно, это не имеет значения». Это взрослая версия того, как можно в сердце разрушить замок из песка. Когда Даниэль разочаровывается в коллеге по работе, то отодвигает обиду в сторону. Она думает: «Не важно, я все равно не хочу быть юристом».

Если я говорю что-то, что Даниэль не нравится, она скрещивает руки и говорит: «Ты мне не поможешь. Я больше не хочу этим заниматься». «Ты не слушаешь меня, а просто следуешь заученной методике». «Ты всегда винишь меня, во всем виновата только я». После этого она уходит прочь из моего кабинета. Потребовались годы работы, чтобы Даниэль осознала свои реакции как истерику и смогла остановиться, успокоиться, а затем и проанализировать, что ее провоцирует.

Приступы истерики характерны для людей с ПРЛ. Научиться управлять ими - важная часть формирования навыка самоконтроля и стабильности. Для тех, кому не помогли развить центрированное чувство собственного достоинства, работа с психолотерапевтом может помочь его создать. Развивая отношения, в которых отыгрываются обиды и разочарования, а затем со временем прорабатываются, пациент наконец может выстроить самостоятельный внутренний диалог, который утешает и помогает укрепить связь с реальностью.

Оригинальная статья: Roberta Satow - The Temper Tantrums of Borderline Personality Disorder, August 2021

Перевод: Остренко Анна Александровна
Редактор: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна
Источник изображения: pixabay.com
Ключевые слова: психология, депрессия, пограничное расстройство, пограничная личность, истерика, психотерапия, пограничное расстройство личности, избегание, разочарование, гнев, эмоциональная стабильность.

