



Пограничное и нарциссическое
расстройство личности в
супружеских отношениях

Общие симптомы

- **Общие признаки и симптомы, которые могут указывать на расстройство личности:**
 - Частые перепады настроения
 - **Неспокойные (штормящие) отношения**
 - Например, с тревожной или амбивалентной привязанностью
 - Социальная изоляция
 - Вспышки гнева
 - Подозрение и недоверие к другим
 - Сложности с установлением дружеских отношений
 - Потребность в немедленном удовлетворении желаний
 - Слабый контроль своих импульсов
 - Злоупотребление алкоголем или наркотиками
 - Самоповреждение
 - Неверно трактует сигналы в отношениях

Пограничное расстройство личности

- Импульсивное и рискованное поведение
- Нестабильные отношения
- Нестабильное настроение
- Суицидальное поведение
- Страх оставаться в одиночестве



ПРЛ в супружеских отношениях

- Человек с ПРЛ
 - Эмоционально уязвим и нестабилен
 - Не способен регулировать эмоции
 - Сильное эмоциональное возбуждение
 - Неправильно трактует реальность – слишком остро реагирует... эмоционально
 - Неверная оценка действительности... событий, стрессоров...
 - Двойственные чувства в плане отношений
 - Отчаянно нуждается в другом
 - Испытывает болезненный страх потерять другого

Диалектика изменений

- **Баланс между**
 - Принятием
 - Изменениями

В присутствии стрессора проблема и реакция на нее вполне понятны (принятие), но они побуждают к формированию новых реакций и развитию навыков, позволяющих (эффективно) справляться с ситуациями взаимодействия, проблемами или поведением партнера и жизненными стрессорами (изменение)

Оценка отношений с участием ПЛ

- Опросите пару и каждого партнера по отдельности
- Получите представление о негативном цикле и базовых линиях поведения
- Цели / задачи терапии в работе с идентичностью

Терапия отношений с ПЛ

- Диалектика принятия и изменений
 - Принимайте
 - Сложности супруга/и (переосмысление)
 - Жизненные стрессовые ситуации и чувства, возникающие в ответ на них
 - Меняйте
 - Навыки...
 - Осознанность касательно партнера и отношений
 - Управление эмоциями
 - Точное выражение эмоций, желаний, потребностей
 - Валидация (подтверждение реальности чувств человека)
 - Навыки управления проблемами и их решения
 - Близость и интимность (пассивная, активная, интерактивная)
- Сопутствующая терапия (индивидуальная и парная)
 - Исключите возможность (жестокое) физическое насилие, терапия должна быть безопасным местом!..
- Определите паттерн негативного цикла, выявите первичные эмоции, которые скрываются за вторичными

Задачи терапии в работе с отношениями с участием ПЛ

- Содействовать достижению безопасности / защищенности
- Усилить валидацию (признание реальности чувств друг друга)
- Увеличить и улучшить совместное времяпрепровождение
- Побудить к точному выражению эмоций и валидации
- Развить навыки решения проблем и управления
- Укрепить близость и интимность

Вопросы, касающиеся нарциссизма

- Мы переживаем нарциссическую эпидемию?
 - Если да, почему?
 - Каковы причины этого?
 - Что может быть сделано?
- Каково место эго в жизни?
- Потребность иметь особые права, очаровывать, в развлечении...
 - Не слишком ли много в обществе стремления к этому?

Нарциссическое расстройство личности

- Верит в то, что он лучше других
- Фантазии о власти, успехе и привлекательности
- Преувеличивает свои достижения и таланты
- Ожидает постоянной похвалы и восхищения
- Не способен распознавать эмоции и чувства других людей (недостаток эмпатии)
 - Когнитивный дефицит: человек не понимает, что такое эмпатия (например, аутизм)
 - Аффективный дефицит: практически или совсем не испытывает желания проявлять эмпатию (например, НРЛ)

Основы НРЛ

- Психодинамические
 - Объектные отношения
 - Селф-психология
- Межличностные
 - Взаимодействие с другими, стиль общения
- Когнитивные
 - Искажает реальность
- Эволюционные – нейроразвитие
 - Личность нарцисса пассивно ориентирована на самовыживание



Два типа

Явный и скрытый

- **Явный**: грандиозный, ищущий внимания, уверен, что имеет особые права, высокомерный, социально обаятельный, не считается с потребностями других, эксплуатирует других, завистливый/ревнивый
- **Скрытый**: гиперчувствительный к оценке, скованный/сдерживает себя, явно испытывающий трудности и внешне скромный, «в тайне грандиозный, крайне чувствительный к мелочам, отчего усердно избегает всеобщего внимания» (Габбард, 1989, с. 527)

Степень тяжести по Кернбергу

- Первая: талантов нарцисса достаточно, чтобы вызывать восхищение и удовлетворять потребности в признании другими собственного величия (грандиозности)
- Средняя: нарцисс демонстрирует чувство собственного величия, но не заинтересован в подлинной близости
- Выраженная: у нарцисса коморбидное (сопутствующее) пограничное расстройство личности, ощущение себя размыто и менее стабильно, колеблется между грандиозностью и суицидальностью

Разновидности НРЛ

- Беспринципный (явный тип)
 - Абберантное поведение (эксплуатирует людей, законы...)
- Компенсаторный (явный или скрытый типы)
 - Иллюзорное превосходство... стремится к статусу, признанию и престижу
- Амурный (явный)
 - Истероидные черты... соблазнение... играет с объектами своей симпатии
- Элитарный (явный)
 - Фальшивый фасад, но верит в собственное превосходство
 - Не является компенсацией глубокого чувства неполноценности

(Т. Миллон и др., 2004)

НРЛ в супружеских отношениях

- Отсутствие взаимной близости
 - Самопожертвование (без расчета получить что-либо взамен)
 - Жертва/подарок с выгодой для себя (о нарциссе)
 - Взаимопонимание и признание друг друга
 - Это всегда о понимании нарцисса
- Не способен принимать собственные ошибки и винит других
 - Это всегда вина другого

Модели отношений с нарциссом

- ***Модель агентности/агентивности***
 - Отношения – часть регуляторной системы, отношения выполняют функцию (например, подпитывают самооценку)
- ***Модель контекстного подкрепления***
 - Отношения сфокусированы на той сфере, в которой нарцисс наиболее успешен
- ***Модель «шоколадного торта»***
 - Вначале вкусно, но непригодно для постоянного питания и со временем вызывает тошноту

Супруг(а) нарцисса

(Отношения, подвергшиеся пагубному влиянию нарциссизма)

- Начинает сомневаться в себе
- Ощущает себя больным... неправильным
 - Ставит под сомнение свое восприятие реальности
- Переживает эмоциональные расстройства
 - Тревожный
 - В депрессии

Отношения, подвергшиеся пагубному влиянию нарциссизма

- Отношения, подвергшиеся пагубному влиянию нарциссизма
 - Ущерб, нанесенный нарциссизмом супругу/е
 - Четыре предложенных паттерна
 - Угодник (стремящийся угодить)
 - Она должна сделать его счастливым
 - Учится читать его и давать ему то, что он хочет
 - Мученик
 - Принятие оскорбительного поведения (дурного обращения) – цель ее жизни
 - Она верит, что нужно стойко переносить эти страдания в своей жизни
 - Жертва
 - Нуждается в сильном защитнике из-за слабой веры в себя
 - Миссионер / психотерапевт / агент изменений
 - Пытается изменить

Супруг(а) и психотерапия

- Помогите им осознать динамику/характерные черты
- Нормализуйте опыт супруга (её/его)
- Обсудите способы справиться с событиями и ситуациями, провоцирующими проявление характерных для нарцисса реакций
- Побудите не ограничивать жизнь только браком

Оценка НРЛ

- Сложно...
 - Требуется время для проявления динамики личности
 - Представляются обаятельными, успешными, уверенными в себе
- Изучите паттерны межличностной коммуникации
 - Текущие
 - Заметна ли эмпатическая реакция?
 - Прошлые
- Исследуйте способность к эмпатии
 - Особенно когда другой испытывает боль из-за его/ее действий
- Способность к (истинному) смирению....

Инструменты оценки

- Нарциссический опросник личности (НОЛ 40/16/13)
- Опросник патологического нарциссизма
- В каких направлениях вам нужно развиваться?
(Грэннон, Р. 2014)
- Всего один вопрос (Конрат, Майер, Бушмэн, 2014)
 - "Я нарцисс?" До какой степени вы согласны?

НЛ и изменения

- НЛ не испытывает потребности в изменениях...
“Проблема не в нем/ней”
- Поведение НЛ необходимо ограничивать
 - Начните действовать, чтобы наступили последствия для НЛ...
 - Раздельное проживание, обращение в полицию, запретительный судебный приказ...
 - Избегайте разговоров о разводе
 - Христианская вера может сдерживать нежелательное поведение...

Терапия НЛ

- У нарцисса нет мотивации проходить терапию (Сопротивление? - Я вижу в этом скорее «отсутствие потребности» в изменениях, нежели сопротивление)
 - Ему/ей не нужна терапия, супругу/е нужна...
 - Нарцисс верит в то, что он прекрасен, поэтому нет необходимости меняться
 - Часто обращается за терапией во время кризиса и уходит из нее, когда кризис отступает
- Подводные камни
 - Будьте осторожны, подкрепляя и одобряя
 - НЛ может нравиться терапевтическое внимание
- Терапевтический подход
 - Интерперсональный (межличностный) и когнитивный походы

Отношения, пострадавшие от нарциссизма, и терапия

- Составьте план терапии, направленной на изменения
 - Включая индивидуальную психотерапию для клиента с НРЛ
 - Он/она должны принять проблему и необходимость изменений
 - Мотивационное интервью (я сомневаюсь, что это работает)
 - Прямая конфронтация в эмпатичной форме
 - Проявляйте эмпатию к человеку с НРЛ (кажется парадоксальным)
 - Можно научиться эмпатии, видя ее и чувствуя на себе ее проявления (Б. Перри, 2010)
 - Терапия пары как можно скорее
 - Запретите оскорбительное поведение/насилие по отношению к супругу/е
 - Ограничьте токсичное поведение
 - Ограничьте поведение, допускающее вседозволенность

Терапия пары при наличии у одного из партнеров НРЛ ЭФТ

- Эмоционально-фокусированная терапия
 - Работайте над установлением контакта в терапии
 - Станьте примером и способствуйте формированию эмпатической связи
 - Используйте эмпатию для установления рамок и границ
 - Сделайте болезненные переживания более сильными/глубокими
 - Конструируйте вмешательства как средство справляться со сложными переживаниями / реагировать на них
 - Установите ограничения... исходя из паттернов коммуникации, которые приводят к болезненным переживаниям
 - Обеспечьте закрепление ²⁵установленных границ

Терапия пары при наличии у одного из партнеров НРЛ

- Работайте над тем, чтобы облегчить передачу эмоций
 - Особенно чувств друг друга, касающихся их связи
- По мере укрепления **безопасности и защищенности**, работайте над тем, чтобы сплотить пару (ослабление ограничений)
- Поощряйте и ***укрепляйте*** обмен внутренними переживаниями как средство для решения проблем в отношениях
 - Новый паттерн взаимодействия

Изменить характер vs. отрастить новую ногу!

- Изменить поведение трудно... но ВОЗМОЖНО!
 - Невозможно вырастить новую ногу!
- С ними крайне сложно работать...
 - Проблема заключается в ком-то или чем-то другом
 - Поэтому **сильно** сопротивляются изменениям
- Любите их... Иногда это очень сложно...
- Когда сталкиваются с проблемами...
 - Несправедливо критикуют/обесценивают... терапевта (вас)
 - «Я думал, что вы будете лучше...»
 - «Я слышал, что вы хороши в своем деле...»
 - «Мой/моя супруг(а) обвел(а) вас вокруг пальца...»

Предостережения Кита Бьёрге

- Это непростые случаи
- Обращайтесь за помощью...
- Немногим удалось выработать свой подход для работы с этим типом пар
- Мой путь к изучению данной проблемы в контексте брачных отношений