

# Риски формирования пограничных расстройств

И.Л.Коломиец

# Феноменология

- Проблема пограничности возникает в возрасте от двух до трех лет.
- Ребенок развивает свое self и дифференцирует себя от матери.
- Если ребенок отделен от матери – страх быть оставленным/отвергнутым.
- Если мать и отец не интересуются ребенком – страх пренебрежения.
- Если родители боятся дифференциации – страх быть захваченным.
- Т.е. ребенок адаптирует себя к патологической ситуации, считая ее нормальной, репрессировав развитие своей самости.
- Сепарация означает дезинтеграцию и психологическую смерть.
- Проблемы с фактом того, что кто-то является отличающимся от

# Феноменология

- Ego-функция настолько хрупка, что он с трудом может заметить свою идентичность.
- Импульсивность (например, неконтролируемые разряды ярости).
- Переключаемость от «Я люблю тебя» до «Я тебя ненавижу» в течение 5 мин.
- Психологическая защита в виде расщепления на две полярности.
- Переживает себя как множество несвязанных частей.
- Недоверчив к своему окружению.
- Эмоциональная дерегуляция.
- Эмоциональная ранимость.

# Феноменология организации пограничного опыта сопровождается

- нарушением идентичности с искажением образа телесности, переживанием вторжения другого, подавляющего его ценности;
- любое излишнее, даже теплое, доброжелательное приближение к нему вызывает рост тревоги и как следствие срыв контакта, вплоть до ухода с психотерапии;
- временное искажение восприятия реальности в виде деперсонализации, дереализации и галлюцинаций, что всегда связано со стрессом;
- главной потребностью подростка в психотерапии является четкость границ как своих, так и психотерапевта, что выражается в требовании ясного контракта и сеттинга (время, место, регулярность встреч, четкость и обоснованность переносов встреч).

# Феноменология организации пограничного опыта сопровождается

- нестабильными интенсивными отношениями;
- страхом быть брошенным;
- висцеральным ощущением пустоты в области живота и груди; эмоциональной нестабильностью, сопровождающейся резкими изменениями аффектов часто в ответ на поведение другого, что порой воспринимается самим подростком как безумие;
- гнев переживается без его содержания как постоянно присутствующий;
- импульсивность в поведении подростка, сопровождаемая повторяющимся самоповреждением, при отсутствии логического объяснения поступка, порой заканчивающаяся суицидальными действиями;

# Как распознать проблему пограничности

- Клиент предъявляет множество симптомов: тревога, депрессия, импульсивное поведение, опыт диссоциации, аутодеструктивные элементы поведения.
- История хаотичных отношений, которые переживаются как болезненные, в которых считает себя жертвой.
- Клиент часто делает попытки быть тем, кем, как он думает, вы хотели, чтобы он был.
- Избегание слияния, сохранение различий, боль от «проглоченности» в слиянии. «Ты говоришь мне это, чтобы я был такой же как ты».
- Чувства психотерапевта: иногда нет чувства реального контакта, или вы чувствуете как сильно клиент нуждается в вас.

# Особенности детско-родительских отношений, способствующие формированию пограничности

- Родители заняты каждый своей самореализацией: учебой, работой, достижениями, успехами или ее суррогатами (например, нехимическими аддикциями).
- Слепая вера в необходимость автономности для своих детей и предоставления ее без учета в наличие ее потребности у ребенка – «делай все сам и что хочешь».
- Неспособность выносить несостоятельность и ошибки детей.
- Ожидание максимального успеха и неприемлемость неудач ребенка.
- Лишение любви как наказание за слабость (в том числе за симптом – нарушение поведения, пробы наркотиков, бродяжничество и. т.д.).

# Особенности детско-родительских отношений, способствующие формированию пограничности

- Поддержка умственных занятий при игнорировании телесного опыта.
- Внешнее определение опыта ребенка: «ты виноват, в том...», «сделай что-нибудь для меня...», «ты должен, иначе мне...», «не придумывай..., это не так как ты считаешь...» в ответ на любое предъявление ребенка (переживания, желания, действия или размышления). По-другому можно сказать, родитель говорит ребенку: «Чувствуй, желай, делай, размышляй как нужно мне, и никак иначе».
- Насилие: психологическое, физическое или сексуальное.



# Характеристики пограничного опыта

1. Неспособность интегрировать удовлетворяющий позитивный опыт с фрустрирующим негативным опытом, т.е. невозможность представить, что другой может быть одновременно и плохим, и хорошим. Запрещающие действия матери в отношении действий подростка расцениваются как знак, что мать отвергающая, запрещающая, лишаящая любви.

# Характеристики пограничного опыта

2. Примитивные защитные механизмы, основанные на расщеплении: переход от приписывания всемогущества и идеализации другого к его обесцениванию и болезненному отвержению. Подросток обесценивает и отказывается принимать любую, даже жизненно необходимую помощь близких, нанося болезненные удары окружению.

# Характеристики пограничного опыта

3. Несмотря на постоянную способность тестировать реальность, при переживании пограничного опыта поведение характеризуется импульсивностью, хаотичностью, аффективностью, а при стрессе паранояльностью. Это проявляется соответствующими симптомами: приступами ярости, хаотичностью действий, импульсивными самоповреждениями, суицидальными мыслями и поведением, оценка окружения как устрашающего и агрессивного.

# Основными технологиями психотерапии клиентов с пограничной организацией опыта являются

1. Контейнирование чувств без оценивания и приписывания смыслов и необходимых действий при постоянном присутствии психотерапевта.
2. Признание страха быть брошенным, оставленным, без демонстрации необходимости автономии и без побуждения к ней.
3. Признание переживания пустоты как способа спрятаться и успокоиться в ней.
4. Признание необходимости защитить себя от чрезмерной близости или отдаленности в отношениях.
5. Дистанцирование от гнева, придание ему смысла, направленности и формы в рамках отношений, без его отыгрывания.
6. Присутствие без теплоты и осуждения, что создает ясность для подростка и способствует выстраиванию им своих границ.

# Основными технологиями психотерапии клиентов с пограничной организацией опыта являются

7. Присутствие психотерапевта как защита подростка, без приближения и удаления.
8. Выявление стресса, способствующего декомпенсации в тестировании реальности.
9. Признание возможности и разрешение психотерапевта подростку на миг впасть в безумие, в котором содержится переживание восстановления целостности «Я».
10. Необходимо избегать предписаний, даже во благо подростка. Подчеркивать наличие его выбора, без его оценивания. Избегать коалиций с родителями и окружение подростка, что смешивает границы и лишает ясности психотерапевтического сеттинга.
11. Требуется феноменологическое описание амбивалентных переживаний с поддержкой основной интенции – сохранить набросок своего «Я» через обращение к мыслям, чувствам и желаниям подростка, и разрешение поступать по своему, а не быть функцией кого-то другого.
12. Категорически избегать телесного контакта с подростком.

# Компетенции психотерапевта в работе с пациентом с пограничным опытом (М.С. Лобб, 2014)

- способность контейнировать;
- ясная профессиональная этика;
- отсутствие манипуляций;
- способность выносить напряжение быть целостно с другим, несмотря на его агрессивность и обесценивание;
- устанавливать связи между настоящими реакциями и болезненными паттернами отношений;
- развитие психотерапевтического языка, способного выразить желание пациента интегрировать привязанность и автономию;
- развитие осознанности в психотерапевтических отношениях и умения ее использования.

# Цель психотерапии у клиента с пограничной организацией опыта

- поддержка его интенционального движения достичь другого, при этом сохраняя свою целостность, без расщепления и повреждения посредством получения опыта быть увиденным психотерапевтом.
- приобретает способность переживать примитивное расщепление с наименьшей тревогой, принимая его и выстраивая независимые отношения с проживанием полноты и независимости другого.
- психотерапевт не меняет стиль организации опыта, а помогают иметь собственный стиль организации опыта с меньшим уровнем тревоги.