

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.