



TULBURAREA DE PERSONALITATE EVITANTĂ

Dr.Kalinovic Raluka

Dr. Crețu Adrian

TULBURAREA DE PERSONALITATE EVITANTA

CRITERII DSM-V

Un tipar pervaziv caracterizat prin inhibiție socială, sentimentul de a fi inadecvat și sensibilitate exagerată la aprecierile negative, care debutează la vârsta de adult tânăr, se manifestă în diverse situații și îndeplinește patru (sau mai multe) din următoarele criterii:

1. Evită activitățile profesionale care presupun contacte interpersonale semnificative din cauza fricii de a fi criticat, dezaprobat sau respins.

Tulburarea de personalitate evitantă

673

2. Nu este dispus să se implice în relații cu alte persoane decât dacă este sigur că este simpatizat.
3. Este rezervat în relațiile apropiate din cauza fricii de a se face de rușine, de a fi ridiculizat sau umilit.
4. Este preocupat de posibilitatea că ar putea fi criticat sau respins în diferite conjuncturi sociale.
5. Este inhibat când este confruntat cu situații interpersonale noi, deoarece are sentimente de inadecvare.
6. Se consideră inapt din punct de vedere social, lipsit de atractivitate, sau inferior altora.
7. Nu dorește să își asume riscuri sau să se angajeze în activități noi de teamă că îl pot pune într-o situație jenantă.

Tulburarea de personalitate evitantă este diagnosticată frecvent împreună cu tulburarea de personalitate dependentă deoarece indivizii cu tulburare de personalitate evitantă devin foarte atașați sau chiar dependenți de acele puține persoane cu care s-au împrietenit. Tulburarea de personalitate evitantă poate fi asociată și cu tulburarea de personalitate borderline și cu tulburările de personalitate din Grupul A (i.e., paranoidă, schizoidă sau schizotipală).

- Trăsăturile menționate mai sus ce caracterizează tp evitantă sunt, în mod evident, **similare cu trăiri din tulburările de anxietate socială**, doar că sunt extinse la o condiție de fond, temperamental-caracterială a unei personalității anormale; bazată pe:

hiperemotivitate sociala

asertivitate redusa

stimă de sine scazuta

- Persoanele evitante sunt dureros de **sensibile la umilire și dezaprobare socială** și caută în mod activ protecție împotriva amenințărilor percepute inevitabile ale altora în mediu.
- Evitanții fobici combină trăsături ale personalității dependente și ale celor evitanți, fiind în special predispuși să experimenteze fobii sociale. Evitantul care se abandonează pe sine combină evitarea socială cu autodevalorizarea ruminativă a personalității depresive.

NORMALITATE ȘI PATOLOGIE

- Cei care evită interferează activ cu preocupările și tensiunile lor dureroase, intrând în gânduri irelevante sau distorsionându-le sensul de fond. În plus, cei care evită se complac în mod excesiv în fantezie și imaginație, atât ca mijloc de înlocuire a inadecvării și stimei de sine care trezesc anxietate, cât și ca mijloc de satisfacere a nevoilor care nu pot fi satisfăcute din cauza retragerii sociale.
- Cei care evită pot fi văzuți ca având un ideal de ego foarte dezvoltat, inclusiv un nivel ridicat de aspirație și dorințe de autoactualizare, împreună cu un superego care condamnă intens, care găsește în mod constant greșeli și dezaproba fiecare comportament al lor. De fapt, ei au interiorizat standardele parentale de realizare ridicată și succes social, combinate cu rușinea și evitarea celor mai mici greșeli.

PERSPECTIVĂ INTERPERSONALĂ

- Dintr-o perspectivă interpersonală, exista un sentiment perpetuu de neliniște socială, acest lucru nu se limitează la o mulțime de oameni; o singură persoană poate activa aceste sentimente. Ei se eschivează de întâlnirile sociale ori de câte ori este posibil, servind doar la perpetuarea problemelor lor. Prin restrângerea gamei de experiențe interpersonale, ei nu reușesc să învețe noi moduri de a se comporta care le-ar putea aduce o mai mare încredere în sine sau un sentiment de valoare personală. Începând viața cu un atașament normal, criticile îngrijitorilor au ca rezultat nu numai dezvoltarea unei imagini slabe de sine de către evitanți, ci și la ajutarea acestora să dezvolte un puternic autocontrol și reținere care provoacă hipersensibilitatea lor la erori.
- Mesajul implicit este: „Deși îți tolerăm defectele, nimeni altcineva nu o va face vreodată. Rămâi în locul unde ai cel puțin șansa de a te simți în siguranță.”

PERSPECTIVĂ COGNITIVĂ

- Din perspectivă cognitivă, însuși conținutul cognițiilor par să stabilească o reciprocitate patologică cu structura cunoașterii, perpetuând tulburarea, pe măsură ce evitanții își scanează în mod constant mediul pentru semne de pericol, sistemul lor de procesare a informațiilor devine inundat de stimuli excesivi.
- Credințele de baza al evitantilor, influenteaza gandirea constienta prin anumite mecanisme precum “jumping to conclusions” care deduc prin propriul filtru realitatea eventual posibila.

TULBURAREA DE PERSONALITATE DEPENDENTA CRITERII DSM-V

Nevoia exagerată a unei persoane ca altcineva să aibă grijă de ea, care conduce la un comportament pervaziv de supunere și dependență și la frica de separare de persoana de care depinde, și care debutează la vârsta de adult tânăr, se manifestă în diverse situații, și îndeplinește cinci (sau mai multe) din următoarele criterii:

1. Are dificultăți majore în luarea deciziilor în probleme cotidiene dacă nu primește numeroase sfaturi și încurajări din partea celorlalți.
2. Are nevoie ca alții să își asume răspunderea pentru majoritatea aspectelor importante ale vieții sale.
3. Are dificultăți în a-și exprima dezacordul față de ceilalți de teamă să nu piardă sprijinul și aprobarea acestora. (**Notă:** Nu se va include aici teama justificată de pedeapsă).
4. Are dificultăți în a demara proiecte proprii în mod independent, sau în a-și planifica activități proprii (din cauza lipsei de încredere în capacitatea de judecată și abilitățile proprii, nu din cauza lipsei de motivație sau energie).
5. Face eforturi excesive pentru a obține sprijin și ocrotire din partea celorlalți, mergând chiar până în punctul în care se oferă voluntar pentru activități neplăcute.
6. Se simte incomod sau neajutorat când este singur, din cauza fricii exagerate că este incapabil să aibă grijă de el însuși.
7. Imediat ce a încheiat o relație apropiată, caută să stabilească alta care să îi asigure sprijin și protecție.
8. Este preocupat în mod nejustificat de teama că va fi lăsat să se descurce pe cont propriu.

TULBURAREA DE PERSONALITATE DEPENDENTĂ

- Un profil psihologic precum cel de mai sus indică, evident, o atmosferă anxioasă care înconjoară existența persoanei respective, din cauza unei majore neîncrederi în sine; și a lipsei capacității de a decide și acționa singur, în numele său. Deci, subiectului îi este slab dezvoltat nucleul „agenției” proprii, care să-i permită să-și ia soarta în propriile mâini, prin acțiuni personale. Căci responsabilitatea acțiunii în general - și în mod special a creației - se desfășoară în marginea anxietății. Dependentul anxios se polarizează cu psihopatul sigur de sine, care e indiferent față de soarta altora. Precum și de schizoidul apatic și indiferent, care e neinteresat nu doar de persoanele din jur ci și de sine.
- Dependența nu generează anxietate, dacă odată cu ea subiectul se simte complet protejat, condus, dirijat. Dependența poate însă masca o nesiguranță de sine anxioasă, ce iese la iveală de îndată ce persoana dominantă și garantă a securității sale nu mai e în apropiere, de altfel, dependentul poate fi nu doar marginal anxios, ci și indiferent;

NORMALITATE ȘI PATOLOGIE

- Dependenții caută un erou magic atotputernic, cineva care să aibă grijă de ei, să-i salveze de luptele competitive ale vieții și să-i protejeze de orice posibilitate de rău.
- Având un partener încurajator și înțelegător, persoanele dependente funcționează adesea cu ușurință, fiind sociabili, calde, afectuoase și generoase. Un dependent sănătos este capabil de empatie reală pentru ceilalți și are capacitatea de a oferi iubire necondiționată.

PERSPECTIVĂ PSIHODINAMICĂ

- Persoanele dependente tind să se bazeze pe introjecție și idealizare, în general a partenerilor, ca mecanisme de apărare. Ei pot folosi, de asemenea, negarea pentru a evita sentimentele de anxietate pe care introjecția nu le elimină.

PERSPECTIVĂ INTERPERSONALĂ

- Din punct de vedere interpersonal, persoanele dependente sunt adesea considerate generoase și grijulii, exagerat de scuze sau chiar obsecchioși. Totuși, sub căldură și prietenia lor se află în căutarea solemnelor asigurărilor de acceptare și aprobare. Pentru a-și atinge obiectivele interpersonale, personalitățile dependente se atașează de celilalți, scufundă propria individualitate, neagă punctele de diferență și evită expresiile puterii. Formulările interpersonale ale dezvoltării personalității dependente subliniază supraprotecția parentală, preocuparea excesivă, supraîngrijirea și descurajarea activă a autonomiei ca căi majore de dezvoltare.

PERSPECTIVĂ COGNITIVĂ

- Dependenții se văd ca fiind atenți, grijulii și cooperanți; pe partea negativă, adesea își spun că sunt neputincioși și complet singuri pe lume. pentru a remedia aceste deficite, persoanele dependente își formează adesea credințe condiționate; de exemplu, ei pot supraviețui doar dacă cineva îi protejează, sau dacă sunt singuri, vor muri.
- Perspectiva evolutivă a dezvoltării conceptualizează persoanele dependente ca amenajându-și viața pentru a asigura o furnizare constantă de îngrijire din mediul înconjurător, dar făcând acest lucru într-un mod pasiv. ei evită să dezvolte competențe care le-ar permite să se adapteze activ la mediul înconjurător.
- Tulburarea de personalitate dependentă este legată de alte câteva tulburări de personalitate, inclusiv cele histrionice și evitante.
- Mulți tineri care nu au fost atașați în mod special de mamele lor în primele etape ale vieții dezvoltă modelul dependent.

- Psihoterapia poate fi eficientă în tratarea personalității dependente. Relația terapeutică însăși le oferă în mod natural resursele pe care le simt deficitare în viața lor de zi cu zi. Tehnicile cognitive pot fi folosite pentru a provoca înclinația dependenților către gândirea alb-negru, cu scopul de a-i implica pe cei dependenți într-un stil mai activ de rezolvare a problemelor, care disconfirmă viața ca existență a neputinței totale și îi mută către un sine mai competent.

SPECIFICITATE UMANĂ A TRĂIRII RUȘINII ȘI PSIHOPATOLOGIA

- Reacția de rușine, psihopatologic poate fi corelată cu condiția anxietății sociale cu cea a personalității evitante și cu sentimentul supravegherii din sd. senzitiv de relație.
- Se poate considera că, la fel ca în cazul depresiei, rușinea se instalează în urma unei pierderi; care în acest caz induce **scăderea stimei de sine**. Dar, dacă pentru depresie specifică e pierderea unei persoane de atașament ce duce la condiția doliului, pentru rușine specifică e **pierderea onoarei, a demnității, cu sentimentul de umilință, de pierdere a respectului altora**. Respectul reciproc presupune conformarea la normele de conviețuire într-o societate diferențiată ierarhic.



- Sentimentul de rușine se articulează cu un cadru relațional în care alte persoane privesc cu insistență subiectul (cu curiozitate), iar fața lor exprimă un zâmbet disprețuitor. Urmează râsul ce-i reunește pe spectatorii batjocoritori, care-și iau ca obiectiv comentarea nefavorabilă a unui subiect. sancțiunea socială a oprobiului public a fost constant folosită în diverse socio culturi în variate feluri: - purtarea regelui învins într-un car prin fața populației învingătoare la parada triumfului; - expunerea cu trupul dezgolit cu ocazia aplicării unei pedepse grave ca răstignirea, tragerea în țepă, tragerea pe roată, biciuirea.



- Râsul, ca expresivitate specific umană, are două înțelesuri. unul se articulează cu buna dispoziție euforică comunitară, cu veselia sărbătorească, celălalt sens al râsului exprimă o atitudine de inferiorizare, de superioritate – uneori colectivă - prin care un individ e plasat într-o poziție de inferioritate; fiind disprețuit, înjosit, ridiculizat, umilit, expresia ce se folosește e de “batjocură”. Râsul batjocoritor este cel care consfințește rușinea. situația e concretizată prin faptul că “cineva” a “ajuns de râsul altora, al tuturor”.

VĂ MULȚUMESC!